


# ویژه نوروز ۹۹

شماره ۳۸۷۸
چهارشنبه ۲۱ اسفند ۱۳۹۸
۱۰۰ صفحه، ۷۰۰۰ تومان

**با گزارشها و گفتگوهای اختصاصی، دهها مطلب جذاب**
**داستان، ترجمه، مصاحبه، سرگرمی، جدول و خواندنی های دیگر**

بسم الله الرحمن الرحیم

**فرا رسیدن ایام پربرکت و پرجشن و سرور شعبان المعظم، میلاد بابرکت امام حسین(ع) حضرت ابوالفضل العباس و امام سجاد(ع) و روز پاسدار و روز جانباز، همچنین میلاد امید مستضعفان جهان حضرت ولی عصر(عج) را پیشاپیش تبریک و تهنیت می گوییم.**



نوروز به طور خلاصه خوب است. اول سال هجری شمسی است. روز نو، اول بهار، اول رویش و جوشش طبیعت و اول شروع زیباییها در عالم طبیعت است. این را برای خودتان هم اول بالندگی و جوشش و اول بروز زیباییها قرار دهید و برای خودتان روز نو کنید.

مجله اطلاعات هفتگی فرا رسیدن سال جدید را به همه شما خوانندگان خوب و گرامی تبریک و تهنیت گفته و از درگاه خداوند مهربان برایتان صحت و سلامت و شادکامی و سعادت و سالی سرشار از برکت و نعمت آرزو دارد.





**لحظه تحویل سال ۱۳۹۹ هجری شمسی**

ساعت ۷ و ۱۹ دقیقه و ۳۷ ثانیه صبح روز جمعه اول فروردین ۱۳۹۹ هجری شمسی، مطابق ۲۵ رجب ۱۴۴۱ هجری قمری و بیستم مارس ۲۰۲۰ میلادی

یَا مُقَلِّبَ الْقُلُوبِ وَ الْأَبْصَارِ
یَا مُدَبِّرَ اللَّیْلِ وَ النَّهَارِ
یَا مُحَوِّلَ الْحَوْلِ وَ الْأَحْوَالِ
حَوِّلْ حَالَنَا إِلَى أَحْسَنِ الْحَالِ

**سال نو مبارک**

در این شماره می خوانید:




صاحب امتیاز: شرکت ایرانچاپ (موسسه اطلاعات)
مدیر مسوول و سردبیر: فتح الله جوادی
معاون سردبیر: سید احمد شهابی
معاون فنی و ناظر چاپ: کریم ملکی
صفحه آرا: حمید دانش اندوز و مهدی اسماعیلی
حروفچین: مریم شیرانی
نشانی: تهران - بلوار میرداماد - خیابان نفت جنوبی (تابان غربی) - پلاک ۸ - مجله اطلاعات هفتگی
کدپستی: ۱۵۴۹۹۵۳۱۱۱

روابط عمومی: نیلوفر کردان - تماس:
(از شنبه تا چهارشنبه - ۸ الی ۱۶) ۲۹۹۹۳۴۰۳-۲۲۲۲۶۲۲۶
نمابر: ۲۲۲۷۱۸۱۳ Email: haftegi@ettelaat.com
آگهی ها: ۱۸-۲۲۲۵۸۰۱۴ نمابر آگهی: ۲۱ و ۲۲۲۵۸۰۱۹
آبونمان: ۲-۲۹۹۹۳۴۷۱ چاپ از ایرانچاپ تلفن: ۲۹۹۹۹
تلگرام: ۰۹۳۰۴۷۴۰۲۸۹




**شماره بعدی مجله اطلاعات هفتگی روز چهارشنبه ۲۰ فروردین ۱۳۹۹ منتشر می شود**



محمد امین جوادی

# جشن عاطفه‌ها در بهار کرونا گرفته

امسال شاید اولین عیدی باشد که اکثر ما در خانه نشسته‌ایم. اولین سالی که خیابانها در آستانه عید از موج مردمی که در حال چانه زدن و سر زدن به این کوچه و آن کوچه، این پاساژ و آن پاساژ هستند و در پیاده روها هم نمی‌توان به راحتی رفت و آمد کرد، در نوعی غربت و سکوت به سر می‌برند. امسال احتمالاً در طول تاریخ این مملکت باستانی که همواره نوروز پرسروری داشته شاید تنها سالی است که از دست و بوسه و آغوش در دید و بازدیدها خبری نیست. امسال همچنین تنها سالی که خیابانها و جاده هایش از انبوه اتومبیلهای در راه مانده و از ترافیک فلج کننده، خجالت نمی کشند و امسال و نوروز امسال تنها نوروزی که اکثر این مردم مجبورند در خانه بمانند و در جمع کوچک خانوادگی شان پای سفره هفت‌سین بنشینند و دعای تحویل سال بخوانند بی آنکه دست در دست هم بگذارند و سر در آغوش یکدیگر بنهند. اما ملالی نیست. اگر دست در دست هم نمی دهیم دل که به هم داده ایم، نه؟ دلهایمان برای هم می تپد و باید بتپد. بهتر و بیشتر از همیشه. دشمنی قصد جانمان کرده، برای شکست این دشمن همه با هم هم قسم شده ایم و این نوروز را برای این دشمن جهنم می کنیم و برای خود، بهشت همدلی و مدارا.

اما این روزها کرونا تنها به جان شهروندانمان هجوم نیاورده بلکه به سفره های ما هم چنگ زده. بسیاری از کسب و کارها راکد شده اند. آنها که ماهها منتظر اسفند و روزهای آخر سال بودند تا کاسبی پررونقی داشته و روزی بیشتری به خانه‌هایشان ببرند، این روزها گرفتار تعطیلی و کسادی شده اند. بسیاری از آنها حتی قادر نیستند اجاره مغازه شان را بپردازند. عده ای هم بدهکارند و چک نزد این و آن دارند که باید مبلغ آن را تأمین کنند و حال مانده اند که چه کنند؟! حال و روز صاحبان مجالس عروسی، سینمادارها، مراکز تفریحی، صاحبان مراکز گردشگری، هتلداران، مراکز اقامتی و... چندان خوش نیست. تقریباً می توان گفت جدای کارمندان و کارگران رسمی که به آب باریکه‌ای وصل هستند، تمامی مشاغل دیگر در وضعیت سختی به سر می‌برند که باید به فکر آنها بود و به دادشان رسید. برای آنکه در عید آنها هم لبی خندان بر لب بیاورند نیازمند محبت و گذشت و مهربانی و همدردی همه ما هستند. هم دولت باید فکری به حال آنان بکند و هم مالکان واحدهای تجاری که بر مستاجرانشان سخت نگیرند و هم صاحبان مکنت و ثروتی که می توانند به دیگر هموطنان گرفتارشان در این روزهای سخت یاری رسانند. همه ما این چند بیت سعدی را بارها و بارها شنیده ایم و خوانده ایم اما یک بار دیگر این سخن بزرگمرد حکمت و اخلاق و معرفت ادب ایران را با هم مرور کنیم.

**بنی آدم اعضای یک پیکرند — که در آفرینش ز یک گوهرند**
**چو عضوی به درد آورد روزگار — دگر عضوها را نماند قرار**
**تو کز محنت دیگران بی‌غمی — نشاید که نامت نهند آدمی**

و می دانم و می دانیم که ما ایرانیان هنوز، به درد بی دردی دچار نشده ایم. هنوز بهار و قشنگی‌هایش و نوروز و زیبایی‌هایش را تنها برای خودمان نمی‌خواهیم و می دانم و می‌دانیم که دیگران را در این بحران سخت تنها نمی گذاریم.

بیاییم نوروز و بهار امسال را به طلیعه‌ای ماندگار در تاریخ این سرزمین خدایی بدل کنیم. نوروزی که در آن همه ایرانیان بی آنکه دست در دست هم بگذارند چنان دل در گرو یکدیگر گذارده اند که هر خانواده ای توانست با بهار بخندد و با سال نو زندگی دوباره را تجربه کند. از این تهدید فرصتی بسازیم برای یکدل شدن، مهربان شدن و زیباتر شدن روحیه‌هایمان، اخلاقمان و شکوفا کنیم روح انسانی‌مان را ...

و جشن بهار را به جشن عاطفه‌ها بدل سازیم. هر روزتان نوروز، نوروزتان پیروز

---

## نامه به سردبیر

**با سلامی گرم و صمیمی خدمت همه شما خوانندگان صمیمی و ارجمند مجله هفتگی و با تبریک پیشاپیش فرا رسیدن سال نو و با این آرزو که سالی سرشار از خبرهای خوب و اتفاقات مثبت در انتظار شما و مردم عزیز کشورمان باشد و نیز با این درخواست همیشگی از شما گرامیان که در مکاتبات و ارتباطات کتبی، نمابری، تلگرامی و فضای مجازی از ذکر نام و مشخصات کامل و نیز شهر و دیار خویش دریغ نفرمایید**

***

❁ دکتر عبدالحمید حسین نیا

از مطالب خوبی که برای مجله می‌فرستید ممنونم. تا به حال از اکثر این مطالب استفاده کرده ایم. مطلب عبرت شما را در همین شماره کار کرده‌ایم. به هر حال امیدوارم واقعاً همه ما عبرت بگیریم.

❁ نرگس رستمی

پیشنهاد داده اید که از صفحات ورزشی مجله کم کنیم. همانطور که شما هم می‌دانید، صفحات ورزشی خوانندگان خاص خود را دارند، با این همه سعی می کنیم از مطالب بهتر و جذاب‌تر و تازه‌تری در این صفحات استفاده کنیم. از لطفی هم که نسبت به مجله خودتان ابراز داشته‌اید ممنونم. سلامت باشید.

❁ نجف امیرعضدی - کازرون

ضمن تشکر از همکاریهای خوبی که با مجله خودتان دارید همانطور که می بینید یکی از مطالب شما را در صفحه «نامه‌های بیواسطه» چاپ کرده ایم. موفق باشید.

❁ غلامرضا نجار بهبهانی

نامه شما باز نشسته محترم فرهنگی به دستم رسید. بسیار ممنونم از بابت اظهار لطف صمیمانه‌ای که نسبت به نشریه خودتان صورت داده اید. پیشنهادهایی در نامه شما بود که آن را در جلسات تحریریه در میان خواهم گذاشت تا در حد امکان مورد عمل قرار گیرد. مطالبی هم برای صفحه خواندنی‌های تاریخی تهیه کرده بودید که آن را به آقای حسن بیگی تحویل می‌دهم تا مورد استفاده قرار گیرد. برای شما توفیق آرزو دارم.

❁ سیدجمال اعتصامی - اصفهان

با شما موافقم که برخی برخوردهای تند و بی حساب و کتاب باعث دلگیری و قهر سرمایه‌های خدومی از کشور و نظام شده است و نیز اینکه برخی مسئولان رسالت خود را در برابر ملت فراموش کرده اند. اما همانطور که خودتان هم اشاره داشته‌اید فقط ایراد گرفتن و انتقاد کردن هم مشکل را حل نمی کند و مهم این است که همه ما برای پیشرفت کشور و رفع مشکلات به سهم خود گامی برداریم. پیشنهادهای خوبی مطرح کرده اید که مورد بررسی قرار می گیرند. از لطف شما ممنون و برایتان سرفرازی آرزو می کنم.

❁ ناهید دالایی - تهران

باز که خود را دختر تنهای غروب نامیدید؟ برای چه دختر سرزنده و پرنشاط نباشید؟ از اینکه بنده و همکاران را مورد لطف قرار دادید سپاسگزارم و امیدوارم بتوانیم هر هفته بهتر از هفته قبل رضایت شما خوانندگان گرامی را فراهم بیاوریم. مطلب بهاری شما در شماره همین هفته چاپ شده است. با نشاط و سرزنده و سلامت باشید.

سمیه داوودبیگی
beigi_somayeh@yahoo.com

## گل بو مادران

مادر دختری، چوپان بود. روزها دختر کوچولویش را به پشتش می‌بست و به دنبال گوسفندها به دشت و کوه می‌رفت. یک روز گرگ به گوسفندان حمله می‌کند و یکی از بره‌ها را با خود می‌برد! چوپان، دختر کوچکش را از پشتش باز می کند و روی سنگی می گذارد و با چوبدستی دنبال گرگ می‌دود. از کوه بالا می رود تا در کوه گم می‌شود. دیگر مادر چوپان را کسی نمی‌بیند. دختر کوچک را چوپانهای دیگری پیدا می کنند، دختر ک بزرگ می‌شود، در کوه و دشت به دنبال مادر می گردد، تا اثری از او پیدا کند. گلهای ریز و زردی را می‌بیند که از جای پاهای مادر روییده، آنها را می‌چیند و بو می کند. گلها بوی مادرش را می‌دهند، دلش را به بوی مادر خوش می کند... آنها را می‌چیند و خشک می کند و به بازار می‌برد و به عطارها می‌فروشد. عطارها آنها را به بیماران می‌دهند، بیماران می‌خورند و خوب می‌شوند.

روزی عطاری از او می‌پرسد: "دختر جان اسم این گل‌ها چیست؟"

دختر بدون اینکه فکر کند می گوید:

"گل بو مادران"



## شانس چیست؟

شانس همان کار مثبتی هست، که تو درطبیعت انجام دادی و طبیعت به تو، یک کار خوب یا یک انرژی مثبت بدهکار است و باید به تو، یک سود بدهد یا یک انرژی مثبت برساند.

**چند راه بازگشت انرژی:**

**از نظر سنتی**:تو نیکی میکن و در دجله انداز، که ایزد در بیابانت دهد باز

**از نظر قرآن**:هر کس ذره‌ای بدی و خوبی کند به او بازمی گردد

**از نظر بودا** :قانون کارما یعنی هر چیزی کار ماست و به ما برمی گردد.

**از نظر متافیزیک** :انرژی در طبیعت از بین نمی‌رود. وقتی انرژی‌ای رها می کنی حالتش عوض می‌شود و برمی گردد...

هنر، توانائی نیست، بلکه تسلی خاطر است

● توماس مان

## به هم عشق بورزیم

روزی کسی به خیام خردمند، که دوران کهنسالی را پشت سر می گذاشت گفت: شما به یاد دارید دقیقاً پدر بزرگ من، چه زمانی در گذشت ؟!

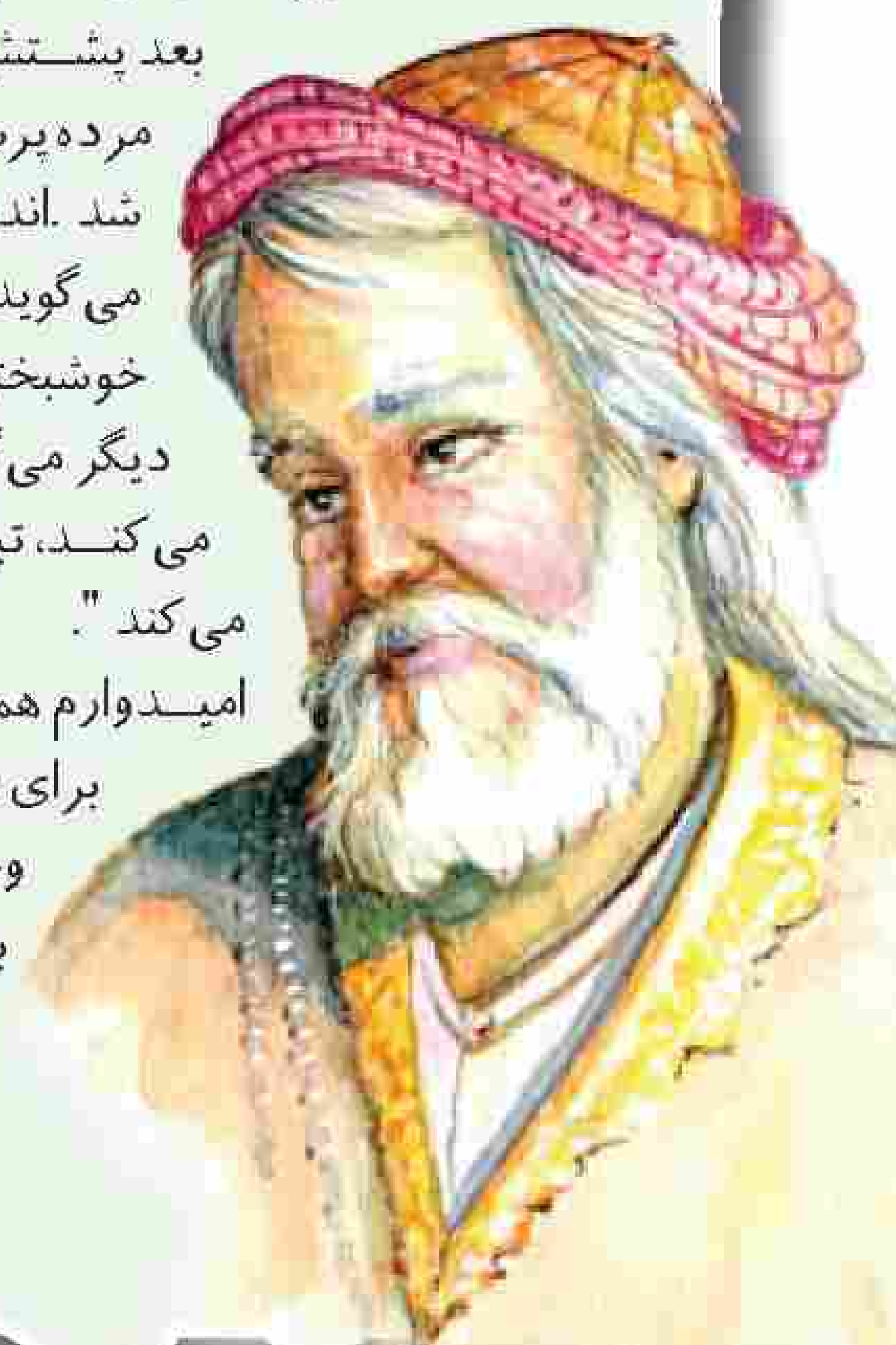
خیام پرسید: این پرسش برای چیست ؟

آن جوان گفت: من شاید خیری برای اقوام و دوستان خودم نداشته باشم اما تاریخ درگذشت همه خویشانم را بدست آورده‌ام و می‌خواهم روز وفات آنها بروم گورستان و برایشان دعا کنم و خیرات دهم و...

خیام خندید و گفت: آدم بدبختی هستی! خداوند تو را فرستاده تا شادی بیافرینی و دست زندگان و مستمندان را بگیری تا در سختی و مشقت نمیرند حال تو فقط به دنبال مردگانت هستی؟!

بعد پشتش را به او کرد و گفت مرا با مرده پرستان کاری نیست و از او دور شد .اندیشمند کشورمان ارد بزرگ می گوید:"کاویدن در غمهاما را به خوشبختی نمی‌رساند ".و هم او در جایی دیگر می گوید: " آنکه ترانه زاری کشت می کند، تباهیدن زندگی‌اش را برداشت می کند ".

امیدوارم همه ما ارزش زندگی را بدانیم و برای شادی هم بکوشیم. تا فرصت وجود دارد به همدیگر عشق بورزیم.



معصومه نجار

## انرژی مثبت

هرگز درباره بدبختی‌هایت صحبت نکن و به آنها توجه نکن. اگر توجه کنی به آنها خوراک داده‌ای.توجه خوراک ذهن است.به هرچه که توجه کنی قوی‌تر می گردد.هرگز با توجه کردن به بدبختی‌ها به آنها خوراک نرسان.به یاد بسپار، توجه واقعاً خوراک و تغذیه است.

به چیزهای منفی توجه نکن. به رنجهایت توجه نکن و درباره‌اش سخن نگو. آنها را بزرگ نکن.این کار بسیار مخرّب و نابود کننده است. به رنجهایت بی‌توجه باش و با این کار آنها خواهند مرد. بیشتر به شادی متمایل شو،تمام توجه‌ات را به شادی‌های کوچک معطوف کن.

لحظات کوتاه شادی را ارج بگذار و خودت را کامل در آنها غرقه کن. اینگونه آن لحظات کوتاه رشد خواهند کرد و در تمام زندگی‌ات منتشر خواهند شد. بدانید بهشت مکانی جغرافیایی نیست،جایی قرار ندارد، بهشت شیوه‌ای از زندگی است،همانگونه که جهنم نیز راهی برای زندگی است. جهنم و بهشت همینجا هستند. درست در وسط زندگی‌ات. گاهی اتفاق می‌افتد که تو در جهنم قرار داری و شخصی که کنارت نشسته است در وسط بهشت است. پس بهشت و جهنم از یکدیگر دور نیستند،حالات روانی هستند، راههای زندگی هستند، همه‌اش به خودت بستگی دارد...

امید روشنفکر



## انسان، نیازمند راهنما

آدمی برای تشخیص حق و باطل، نیازمند بینش و شناخت است. ممکن است یک موضوع به ظاهر حق برسد اما در اصل باطل باشد و آدمی بویژه جوان کم تجربه اگر شاخص نداشته باشد به اشتباه افتد. حتی گاه بین دو اندیشمند و تلخ و شیرین روزگار چشیده هم ممکن است در تشخیص حق و باطل اختلاف افتد. به همین خاطر برای داشتن جامعه‌ای سالم وجود افراد آسیب‌شناس و حکیم لازم و ضروری است و در این میان بیش از همه خودشناسی مطابق اصول تربیتی بزرگان بویژه انبیا و اولیا بسیار کمک کننده است تا ظهورات ناآرام حیات فردی و اجتماعی مورد بررسی و تجزیه و تحلیل قرار گیرد و نکات قوت و ضعف آن به دقت واکاوی شود و کارکردهای مفید از غیرمفید تمیز داده شود که در این صورت دسترسی به مقدمات پویایی و فلاح و رستگاری انسان میسر می‌شود و از این مسیر است که ضمناً می‌توان به رموز تعالیم الهی قرآن کریم پی برد و هم خود و هم جامعه را به سمت سلامت و نورانیت رهنمون شد.

**دکتر اسماعیل واعظ جوادی**

## بوستان همیشه سبز

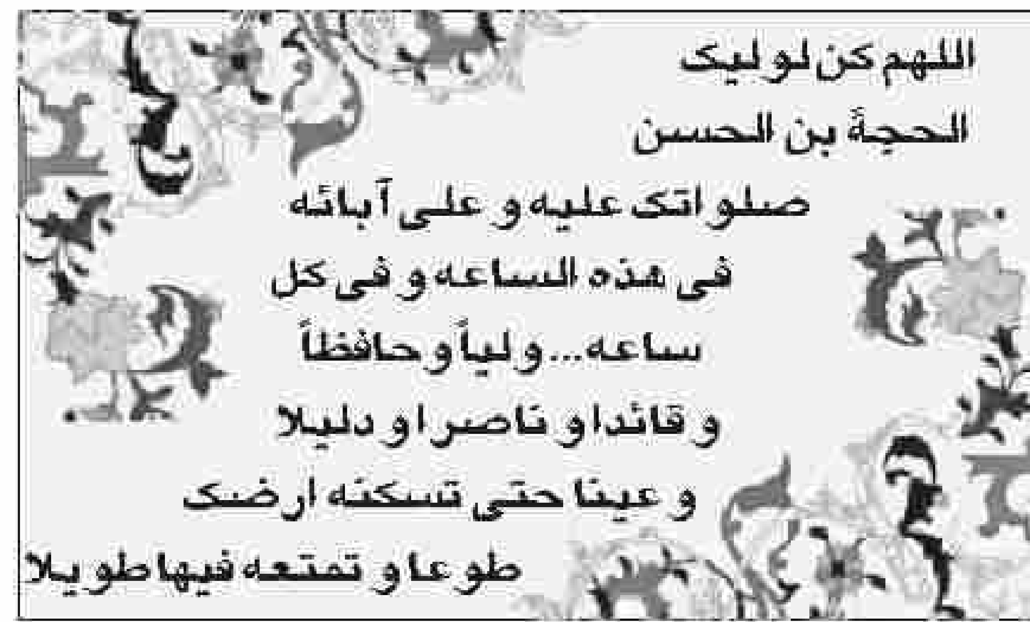
یار فرهیخته، دیرینه و همیشه‌ام،

درود مرا پذیرا باش. در چند قدمی نوروز، من به تو نامه می‌نویسم. امید از خدا دارم با تو، چشم در چشم بهاری پر طراوت دیگر با همت و تلاش، زندگی تازه و بهتری بسازم و تأثیر گذار و مفید باشم. برای هر یک هم میهنان و مردم دنیا آرزوی قشنگی در دلم دارم! امیدوارم اگر هموطن یا همنوعی در ایران و یا هر نقطه‌ای از جهان، گرفتار مشکلات اقتصادی و یا درگیر ویروس و یا بیماری و غیره و ذالک هست، خیلی زود به بهبودی و سلامتی و بهروزی نائل اید و زندگانی شاد و خوبی داشته باشد... اما به عرض برسانم، سالی که بود، با خواندن هر داستان و حکایت و نثر و شعر و متن و خبر... از نوشته‌های نویسندگان خوب و آزاد اندیش تو، تجربه ارزشمندی برای من(مطمئناً برای خوانندگان دیگرت) رقم خورد. باور دارم، هر یک نویسنده تو، روح و ذهن خلاق و قلم جادویی دارد. قلم زدنشان،برای ما بی‌شباهت به قدم زدن توی دنیای شادی و زیبایی‌ها نیست!...

اکنون توی انتهای سال، وظیفه دانستم بدین وسیله به عنوان دوست، قدر دانی کنم از زحمات همه دست‌اندرکاران این مجله

سبد مهر ارزانی هر یک و حال و فالی نیکو سهم هر روزشان. از خدا می‌خواهم تو ای مجله پر سابقه و پربار همیشه سبز و پایدار و سرفراز بمانی.

**دوست تو، صفر مدانلو کردی - بابلسر**




## مبادا دیر شود

کسانی هستند که از خودمان می‌رنجانیمشان؛ مثل ساعت‌هایی که صبح، دلسوزانه زنگ می‌زنند؛ و در میانِ خواب و بیداری، بر سرشان می کوبیم؛ بعد می‌فهمیم که خیلی دیر شده...!

**عبدالامیر اسدالله زاده**

## طنز عیدانه گرانی

شب عید و کرونا و گرانی / نشد از بهر ما این زندگانی / گرانی جان ما بر لب رسانده / دگر تابی به جان ما نمانده / گران گردیده سیب و موز و پسته / همه جا از گرانی گشته خسته / نمانده طاقت و تاب و توانی / ز دلها رفته دیگر مهربانی / کسی فکر کسی دیگر چرا نیست / چرا در قلبها مهر و وفا نیست / چه شد آن مهربانی‌های مردم / کجا پنهان شده عشق و ترحم / چرا از مهربانی غافل هستیم / ز حق دور و به فکر باطل هستیم / غنی دنبال پول و ثروت خود / به فکر جمع مال و مکنت خود / کسی دیگر به فکر سائلان نیست / غنی یاری ده درماندگان نیست / ز قلب مرد و زن رفته مروت / صفا و مهرورزی و عطوفت / صفا دیگر خریداری ندارد / کسی بذری به باغ دل نکارد / شده مردن زیاد و زایمان کم / فراوان غصه و شادیمان کم / درون خانه‌ها فرزند کم شد / عطوفت گم شد و لبخند کم شد / گرانی قامت ما خم نمودی / مقام عشق از دلها ربوده / گرانی باغ گل را خار کرده / گروهی را ز غم بیمار کرده / گرانی از کرونا غم فزاتر / ز طاعون و وبا دردش فراتر / کرونا بهتر از

## سخنی با خوانندگان ارجمند

همه ما روزهای سختی را می‌گذرانیم. سال دشواری را نیز پشت سر گذاردیم.سرشار از اخبار نه چندان خوش و نه چندان امیدبخش. از نظر اقتصادی نیز اوضاع جامعه چندان خوب نبود. برای رسانه‌های مکتوب نیز اوضاع چندان روبراه پیش نرفت و تقریباً تمامی ما مطبوعاتی‌ها نیز سال سختی داشتیم و گرانی همه چیز به شدت بر ما نیز تنگ گرفت. با هر سختی سر کردیم و جای شکر دارد که قدیمی‌ترین مجله هفتگی کشور در موسسه بزرگ اطلاعات همچنان هر هفته منتشر می‌شود و یکی از علتهای آن جدای حمایت سرپرستی و مدیریت موسسه، همراهی و انس و الفت خوانندگان ارجمندی چون شما بوده که بسیاری از شما دهه‌هاست با اطلاعات هفتگی همراهید و ما به این همراهی افتخار می کنیم. امید است این نشریه بتواند هر سال بهتر از قبل در خدمت جامعه فرهنگی و مطبوعاتی و مخاطبان ارجمندش باشد.امیدوارم سالی که در پیش رو داریم بسی بهتر از امسال باشد. برای همه شما سالی خوب و خوش و پربرکت آرزو می کنم و تقاضا دارم فرم نظرسنجی مجله را تکمیل کنید و برایمان بفرستید تا بدانیم چه تغییراتی مدنظر شماست.

*** و اما درباره این شماره:**

این شماره آخرین شماره سال است. برای تدارک آن بر و بچه‌های مجله انصافاً شبهایی را تا نیمه شب سرکار بوده‌اند. امیدواریم آنچه تدارک دیده‌ایم مورد قبول طبعتان قرار گیرد.جا دارد از تمامی همکاران که زحمات بسیاری در روزها و شبهای اخیر کشیده‌اند صمیمانه تشکر کنم و همین طور از تمامی عزیزان در موسسه بزرگ اطلاعات، سرپرستی ارجمند، مدیریت محترم و مدیران گرامی بخشهای مختلف از جمله بخش فنی، پیش از چاپ، چاپ، صحافی، واحد توزیع و فروش... همچنین از نمایندگی‌های محترم موسسه در سراسر کشور و دکه داران عزیز سپاسگزاریم. همین جا از خبرنگاران افتخاری و خوانندگان فعال مجله که بیشترین همکاری را با ما داشته‌اند یاد می کنیم، از جمله: **عباس عابد، غلامعلی چریکی، اصغر شاهنظری، قنبر یوسفی، علی اکبر فرقانی، طالب گلپایگانی، محمود جعفری، ناصر پوریوسف، غلامرضا نجار، صفر مدانلوکردی، حسین مستعلی زاده، امید روشنفکر، عبدالامیر اسدالله زاده، معصومه نجار، بهروز مباشر بهروز، حسین مهدوی آسیابر، عباس شهمیرزادی، سوالی بزرار، زهرا پاشازاده، آرمین سفیدیان، محسن ذوالفقاری، عبدالحسین بایگان، علی حضوری، حسین عیوض‌زاده، غلامرضا نیرودل، محمد احمدوند، مصطفی بیان، رقیه شریف خو، عبدالناصر بلوچ زهی، ولی‌الله رضی، سیدکمال سیدمحمود، آرمان عابد، منیژه ابراهیمی، واریان جهرمی، داود خامنه، مجید کاظمی، نادر حیدری** و... و البته اگر عزیزان دیگری که از قلم افتاده‌اند مرا می‌بخشند. امیدوارم که این عزیزان و نیز سایر خوانندگان در سال جدید نیز در غنای بیشتر مجله نقش آفرینی بیشتری داشته باشند که با مشارکت، نقدها و پیشنهادها و نیز مطالب شماست که این مهم محقق می‌شود. سالی پر از برکت برایتان آرزو دارم. نوروزتان پیروز هر روزتان نوروز

**سردبیر**

هر احتکار است / که روی دوش این مردم سوار است / کرونا می‌رود اما گرانی / بگیرد جان ما را ناگهانی / بگفتا طالب گلپایگانی / امان از ناتوانی و گرانی

**طالب گلپایگانی**

## راستی اگر ویروس فهم داشت

سلام. می گویند سلام از سلامتی می آید. سلامتی کالایی که این روزها عجیب عزیز و کمیاب شده است. این روزها هر کسی را می‌بینی یا دستکش دارد یا ماسک یا هر دو. وعده‌ای از فرصت تعطیلی استفاده کرده و به مسافرت می‌روند گویی چون پول و ویلا دارند ویروس کرونا می‌فهمد و کاری به کارشان ندارد! راستی اگر ویروس فهم داشت چه کسانی را انتخاب می کرد! پولدار یا فقیر. باسواد یا بی‌سواد. لاغر یا چاق. کوتاه یا بلند. زن یا مرد؟ خلاصه اگر فهم داشت چه می کرد؟ تاحالا دقت کرده‌اید قاتلان زنجیره‌ای عشق کشتن زنها را دارند حتی تنها قاتل زنجیره‌ای زن ایرانی هم زنها را می‌کشت. به نظر من کرونا هم اگر می‌خواهد از قافله زنجیره‌ای‌ها عقب نماند سراغ زنها برود! عجب دنیای بی‌رحمی. کرونای نفهم تو این بار دست از به قول بعضی‌ها ضعیفه‌ها بردار و مثل یک آقا سراغ آقایان و سروران برو.

**آمنه نقی لو**

## دکتر و ویروس

تو این فکر بودم که اگر در یک خانه چند تا دکتر وجود داشته باشد، آیا آدم کرونا می گیرد یا نه؟

یعنی تصور کنید وقتی یک "دکتر ۴۰ساله" بیاید و با افتخار ادعا کند که:" آخ جان! من کرونایی شدم. با این که درمان ندارد الان دارم دست در دست بیماران، دوران گذر از بیماری را سیری و تجربه می کنم. عجب لذتی دارد!" واقعا چه حالی به شمای شنونده یا بیماران مراجعه کننده دست می‌دهد؟ یعنی این ویروس این قدر قلچماق است که سه -چهارتا دکتر از عهده آن برنمی‌آیند. یا این همه مهربان است که فقط می آید ونوازشی می کند و بعد خداحافظ، راهش را می کشد ومی رود؟ بعد هم این پزشک باافتخار در فضای مجازی مانور می‌دهد و به دوستان وفالوورهای عزیزش می گوید:"منتظر باشید تا خاطرات خوشم بااین ویروس گوگولی مگولی را به زودی باشما به اشتراک بگذارم."از این طرف همه ما در تلویزیون دیدیم که یک دکتر حاذق و معاونش هم مریض بود اما خودش نمی‌دانست که مرض دارد. اصولاً گویا خاصیت این ویروس این است که حالت سرخوشی و بعد چیزی شبیه آلزایمر به آدم می‌دهد. باز هم آفرین به ننه جون هشتادوهشت ساله خودم که وقتی در میان فامیل ما شایعه شده بود که من کرونایی شده‌ام و او داشت از شدت نگرانی و علاقه به من خودش را می کشت و کلی جوشونده و علفیات دارویی که از قبل داشت را پیش از گرانی سیر و لیموشیرین و زنجبیل برایم فرستاد که استفاده کنم.

بازهم صدرحمت به قدیمی‌ها.

**اصغر ندیری**

## به نام خدای بهار

عید آمد و عید آمد این فصل سعید آمد

بهار که می‌رسد خیلی اتفاقها می‌افتد، طبیعت ضرب آهنگ دیگری می گیرد. با جوان شدن طبیعت همه چیز جوان می‌شود و چقدر زیبا و دیدنی است، طبیعت بهار. چشم سرشار می‌شود از نظاره رقص برگ در نسیم، باز شدن گل و جوانه زدن درخت و سربرآوردن گیاه از خاک، عطر خوش نسیم فروردین، صدای دل انگیز رود، بوی برگهای خیس جنگل و ریزش نم نم باران و سبزی و سبزینگی و تولد و جوانی. با بهار جان می گیریم، جوان می‌شویم، شور عشق در ما زنده می‌شود و در یک کلمه به خدا نزدیکتریم. بهار مجالی برای کینه، چهره‌های عبوس، ابروهای پرچین و غم دل نمی گذارد. هنگام، هنگام شور است و نشاط، رقص است و پایکوبی و چه خوش است که ما با بهار جوان می‌شویم و جان می گیریم. بیاییم دل خدایی کنیم، این آیینه را از غبار دشمنی‌ها بزداییم. چهره‌هامان را با گل لبخند بیاراییم. بگذارید صدای خنده‌هاتان تمام فضای کوچه را پر کند، بگذارید همه فضای اتاق صدای خنده شما را بشنود، بگذارید هوا با بوی دوستی و عشق و محبت عطر آگین شود. همه پنجره‌ها را بگشایید، بگذارید نسیم راهی به درون خانه‌هامان بیابد، صدای بال پرستو می آید، هزاران گنجشک بر شاخه‌سار درخت آنسوی خیابان نغمه سر می‌دهند، آواز چلچله‌ها شنیدنی است. همه پنجره‌ها را باز کنید، بگذارید هوای خانه عوض شود و هوای دلتان چهره‌هاتان پر لبخند، دلتان شاد و باورتان سبز سبز باد، درست مثل بهار...

**ناهید دالایی - تهران**

## بهاریه

ماه فروردین و هنگام بهاران آمده / گاه زردی رفت و اینک سبزه زاران آمده / چهره زرد زمین گردیده اینک سبز گون / فاتح و مسرور از جنگ زمستان آمده / دشت و کوه مرغزاران رخت نو پوشیده‌اند / بر تن بستان ز گل تن‌پوش الوان آمده / غنچه از لطف هوا بر تن دریده پیرهن / بلبل از شوق روی گل غزلخوان آمده / آن پرستو کز نهیب سوز سرما جسته بود / باز با عطر شقایق سوی ایوان آمده / بلبلان را مجلس بزمی است گویی در چمن / در بساط یاس و سوسن سهره مهمان آمده / بوی گل پیچیده در اوراق گیتی برگ برگ / مست و مدهوش از شراب شوق دستان آمده / چشم نرگس را نگر کز دیدن باغ و چمن / مات و مبهوت است و بر هر گوشه حیران آمده / سار و قمری در نشاط از رقص سرو سربلند / آب چشمه پای بوس بید لرزان آمده / خالق این شور و شیدایی به ما فرموده است / جمع این شور و شعف از بهر انسان آمده / بارالها لطف کن بر حال مسکین و غنی / تا یقین دانند اینک عید آنان آمده

**نجف امیرعضدی - کازرون**

## فرم نظرسنجی مجله اطلاعات هفتگی

**اینکه شما خوانندگان گرامی چه نوع مطالب و صفحه‌هایی را می‌پسندید و چه نوع گرایش‌هایی رضایت شما را به همراه ندارد، موضوعی است بسیار ارزشمند که دانستن آن همکاران ما را در نحوه ارائه مطالب بهتر یاری می‌کند. پس با دقت و توجه فرم زیر را تکمیل و تصویر آن را از طریق تلگرام، ایمیل، فکس و یا نامه برای ما ارسال کنید.**

**برای شما خوانندگان خوب مجله اطلاعات هفتگی سالی خوب، همراه با سلامتی و شادمانی آرزومندیم:**

**صفحه‌هایی که بیش ازدیگر صفحه‌ها توجه شما را جلب می‌کند و آن را می‌پسندید:**

۱- ..................................

۲- ..................................

۳- ..................................

۴- ..................................

**صفحه‌هایی که ترجیح می‌دهید در مجله نباشد یا آنها را خیلی مناسب نمی‌دانید**

۱- ..................................

۲- ..................................

۳- ..................................

۴- ..................................

**مطالب و صفحه‌هایی که دوست دارید در مجله باشد و در حال حاضر نیست**

۱- ..................................

۲- ..................................

۳- ..................................

۴- ..................................

پیشنهاد شکل و عکس روی جلد:

..................................

..................................

..................................

نام ونام خانوادگی:

شماره تماس:

نام شهر:

هیچ کس در امان نیست، مگر آن که خدا ترس باشد ● امام حسین(ع)

سه‌گانه

kianfulladi@yahoo.com دکتر کیان فولادی

# جنگ در جنگ

سال ۱۳۹۹، هیچ بعید نیست که سخت‌ترین سال اداره کشور، پس از پیروزی انقلاب باشد. چهارمین سال شروع تحریمهای سخت آمریکا علیه ایران که کشور را به شرایط جنگ کامل اقتصادی برده و هر سال که می‌گذرد، تلاش و انرژی بیشتری برای پیروزی در این نبرد اقتصادی صرف می‌شود و این اولین بار است که ایران در دو جبهه باید با تمام توان بجنگد، اول نبرد اقتصادی با تحریم و دوم نبردی که از چند هفته قبل آغاز شده **"کارزار کرونا"**. متأسفانه هر دو نبرد هم از نوع جنگهایی است که هم نیاز به تمرکز، هزینه مالی فراوان و مدیریت مقتدر دارد. در جنگ اقتصادی با تحریم، بزرگترین مشکل، کاهش شدید درآمدهای کشور بود. درآمدهایی که براساس قانون بودجه سال ۹۹، فروش نفت در آن به حدود ۲۰۰ هزار بشکه در روز رسیده در حالی که تا قبل از تحریم، فروش نفت ایران به سادگی از مرز ۲ میلیون بشکه در روز می‌گذشت. پس بیش از نیمی از درآمد کشور که از طریق فروش نفت تأمین می‌شد، به کمتر از یک دهم کاهش پیدا کرده و این ضربه سخت با انواع صرفه‌جویی‌ها و استفاده از برخی درآمدهای جایگزین و کمک گرفتن از پس‌انداز کشور، در حال جبران شدن از سوی دولت بود. البته این صرفه‌جویی‌ها، نارضایتی‌هایی هم میان مردم ایجاد کرد، مانند آنچه در مورد بنزین اتفاق افتاد و دولت با کم کردن سهم خود در پرداخت یارانه بنزین، آن را گرانتر به مردم فروخت تا در اداره کشور صرفه‌جویی بزرگی کرده باشد. تقریباً بودجه‌های عمرانی هم به صفر نزدیک شده و پروژه و طرح بزرگی در کشور آغاز نشد تا از این طریق هم صرفه‌جویی بزرگ دیگری انجام شده باشد، حقوق کارمندان و کارگران هم در سال گذشته با اینکه تورم به بالای ۴۰ درصد رسیده بود، بیش از ۲۰ درصد افزوده نشد تا اینجا هم صرفه‌جویی بعدی، قطار صرفه‌جویی‌های دولت را کامل کرده باشد. به این ترتیب سال ۹۹ در شرایطی آغاز می‌شود که توان اقتصادی دولت، به شکل غیرقابل انکاری کاهش یافته و نبرد دوم هم آغاز شده، نبرد با کرونا که خوب پیداست مثل هر جنگ دیگری به پول فراوان احتیاج دارد و همین نبودن پول کافی در اختیار دولت است که به صورت کمبود ماسک والکل ولوازم بهداشتی در کف خیابانهای شهرها، ظاهر می‌شود. بدون پنهان کاری باید پذیرفت که اگر خزانه دولت، پول کافی داشت، به سرعت چنین ملزوماتی تأمین می‌شد تا هرچه سریعتر جلوی شیوع کرونا گرفته شود و همین جاست که کار سخت اداره کشور در سال ۹۹ برای مدیران ارشد ایران آغاز خواهد شد. در حالی که برای نبرد در جبهه سلامت، دولت به پول فراوان احتیاج دارد، در جبهه تحریم، بسیاری از منابع، درآمد خود را از دست داده است. سخت‌تر اینکه در سال ۹۹ که قرار بود، گرفتن مالیات از بنگاهها و فعالان اقتصادی، کمبود درآمد دولت را جبران کند، ویروس کرونا، بسیاری کسب و کارها را به مرز تعطیلی کشانده و تنها چند روز پس از شیوع این ویروس نحس، دولت اعلام کرد مقدار مالیات اصناف را کاهش داده یا پرداخت آن را به تعویق انداخته است، به این ترتیب یکی از بازوهای جبرانی کاهش درآمد دولت در سال ۹۹ هم به دلیل کرونا، کاملاً ضعیف‌تر خواهد شد. در اثر همین فشارهای این دو جنگ هم زمان و البته نیازهای روزانه مردم که باید به هر شکل تأمین شود و برای تأمین بخشی از آنها نیز به واردات و ارزهای خارجی نیاز هست، بهای دلار در بازار آزاد، طی چند هفته آخر سال ۹۸ افزایش آزاردهنده‌ای داشت که هیچ بعید نیست این افزایش در هفته‌های ابتدای سال ۹۹ هم، ادامه یابد و هنوز سال ۹۹ آغاز نشده، تورم ناشی از افزایش بهای دلار، آغاز شود.

اشکال بزرگ دیگری که در سال ۹۹ در اداره کشور، خود را کاملاً نشان خواهد داد، مطالبه‌ایست که در اثر فشارهای اقتصادی در میان قشر بزرگ حقوق‌بگیران ایجاد شده و آنها را کاملاً منتظر افزایش

# روزهای میانی آبان ۹۹

سال ۹۹ آبستن نبردهای سیاسی هم می‌تواند باشد، انتخابات اسفند ۹۸ نشان داد، مجلسی در خانه ملت تشکیل خواهد شد که اکثریت نمایندگان آن با سلیقه و رفتار دولت، موافق نیستند و حتی کسانی در مجلس آینده در سال ۹۹، روی صندلی‌های سبز خانه ملت خواهند نشست که هدف اول سیاسی ایشان، برکناری دولت خواهد بود. اندکی آینده‌نگری و صبوری سیاسی البته اگر در این اکثریت باشد، خواهند دید که نزدیک به یک سال در عمل، از عمر دولت فعلی باقی مانده و شرایط ویژه کشور، تاب التهابات سیاسی و درگیری‌های سیاسی میان مجلس و دولت را ندارد، ضمن اینکه در آبان ماه سال آینده انتخابات مهمی در آمریکا برگزار خواهد شد، انتخاباتی که هر چند هزاران کیلومتر دورتر از مرزهای ایران اتفاق می‌افتد ولی اثر انکارناشدنی در شرایط سیاسی ایران خواهد داشت. اگر با احتمالاتی که امروز در عالم سیاست وجود دارد "دونالد ترامپ" از سکوی قدرت در آمریکا به بیرون پرتاب شود و رقیب او بر صندلی ریاست جمهوری آمریکا

# چکمه‌های مهربان

نبرد با کرونا هرچند صحنه‌هایی از ایثار و فداکاری و کمک و دستگیری میان ایرانیان را به وجود آورد ولی در فضای مجازی، تصاویری هم پخش شد از درگیری‌ها و رفتار خشونت‌آمیز برخی برای رقابت در به دست آوردن امکانات و لوازم بهداشتی برای مقابله با این ویروس یا ایجاد محیطی امن‌تر در شهر خود با بستن راه برای ورود دیگران.

بسیار طبیعی است که در شرایط بحرانی، برخی رفتارهای نامتعارف از سوی عده‌ای دیده شود، ولی مهمترین تصمیم مدیران ارشد کشور در این شرایط، باید استفاده از امکانات و توانایی نیروهای انتظامی و نظامی باشد، برای حفظ نظم و پیشگیری از مقابله مردمی که نگرانند! عده‌ای

حقوقهای بزرگ کرده تا بخشی از این فشارها، جبران شود، اولین گام هم در آموزش و پرورش برداشته شد و طبق گفته معاون وزیر آموزش و پرورش، به طور میانگین، حدود ۱/۵ تا ۲ میلیون تومان به حقوق کارمندان آموزش و پرورش که تعدادشان هم هیچ کم نیست، افزوده شد. همین مطالبه باعث شده تا دولت هم به ناچار تلاشهایی را برای بالا بردن حقوق کارمندان در بخشهای مختلف آغاز کند، تلاشی که اگر در سال ۹۹ به سرانجام برسد، بسیاری کارمندان را خشنود خواهد کرد ولی چنان بار مالی بر دوش دولت خواهد گذاشت که یا ناتوان از پرداخت خواهد شد و این افزایش حقوقها تنها روی فیشهای حقوقی باقی خواهد ماند یا اگر اجرا شود، کیسه دولت را از آنچه هست هم، خالی تر خواهد کرد یا تورم افسار گسیخته‌ای برای ایرانیان به ارمغان خواهد آورد.

بهای نفت هم در کمال تاسف، این روزها در ماههای ابتدای سال ۹۹ به کمترین اندازه در سالهای اخیر رسیده و حوالی ۴۵ دلار می چرخد و به این ترتیب همان چند ده هزار بشکه نفتی که ایران به طور روزانه می فروشد، با بهایی بسیار نازل، تبدیل به دلار و ریال می شود. همین واقعیتهای تلخ است که سال ۹۹، به احتمال فراوان مدیران کشور را ناچار به اتخاذ تصمیمها و رفتن به راههایی خواهد کرد که تاکنون تجربه نکرده اند و به مردم هم اعلام خواهد شد این تصمیمات، برای اداره کشوری گرفته شده که برای نخستین بار، درگیر جنگیدن در دو جبهه نبرد است، نبردهایی که هر کدامش به تنهایی برای شکستن مقاومت یک دولت، کافیست.

---

بنشینند، احتمال لغو تحریمهای شدید اقتصادی که او علیه ایران ایجاد کرده، بسیار بالا خواهد بود و این در عمل، به معنای پایان تدریجی جنگ اقتصادی این روزها در ایران است. هرچند برخی کارشناسان به این می‌اندیشند که رفتن ترامپ از کاخ سفید، به سرعت بر مراودات اقتصادی ایران، اثر نخواهد داشت ولی تردیدی نیست که فضای روانی و جوّ مثبتی که از انتشار خبر این اتفاق در ایران ایجاد می‌شود، بسیاری از معادلات اقتصادی ایران را به نفع مردم، تغییر خواهد داد و البته در نقطه مقابل پیروزی او به معنای استمرار این جنگ خواهد بود.

---

دیگر از مردم که آنها هم حق دارند نگرانی‌های خود را داشته باشند. در سال ۹۹، دیدن تعداد بیشتری از نیروهای انتظامی در خیابانها نباید عابران را آزار دهد، چرا که به احتمال فراوان، حضور ایشان می‌تواند آرامش را در شرایطی که برخی فشارها، صبر برخی شهروندان را به پایان می‌رساند، حفظ کند تا با صبوری و همیاری مردم ایران، این سال سخت به سالی ساده تبدیل شود.

---

## مکتوب هفته

دکتر محمدعلی فیاض بخش

# ای باد شرطه برخیز!

پی نوشت مکتوب پیشین - که موضوعش از اساس با مشکل اصلی این روزها بیگانه بود - یاد آور شدم، که قصد ورود به کرونا ندارم؛ زیرا دانشی در این باب ندارم و نیز نمی خواهم عرصه را بر کاردانان تنگ کنم. همچنان بر آن عهدم. لیک برخی دوستان قدیم و یاران ندیم، که به بلندنظری، مرا در قامت کوتاه یک معلم روان شناس می بینند، خواستند تا به برخی جوانب و تبعات روان شناختی موضوع نظر کنم و اظهاری آورم.

۱- این میهمان ناخوانده آمده و فعلاً خوش نشسته و ناخوشی آورده. آیا پیک توطئه است؟ آیا زاده‌ی دست ساز آدمیان پلشتی سگال است؟ آیا از دندان مار برآمده یا از معده‌ی خفاش برون شده؟... و آیاهای دیگر، امروز ما را به چه کار می آید؟ کنکاش در مصادر تاریخی و منابع صدور اولیه را به زمانی دیگر واگذاریم و عجالتاً ظهور نامیمون او را چاره‌ای کنیم. چاره‌ها امداد در بمباران اخبار بهداشتیِ بازاری و تجویزات عطاری زیرگذری و اظهاراتِ توییتری میسر نخواهد شد. کاوش‌های تاریخی - اقتصادی - سیاسی در بروز و ظهور این میهمان ناخوانده را بگذاریم برای زمانی که از خانه برونش فکندیم و نیز تجویزات عطاری موروثی از مرحوم آقابزرگ و فقید سعیده بی‌بی جان را در سر ماخوردگی‌های ساده‌تر به کار گیریم و فعلاً گوش به توصیه‌ی سررشته‌داران بسپاریم.

۲- باور کنیم که علاوه بر ما، شماری از کشورها - از قضا این بار به جای قاره‌ی سیاه، قاره‌ی سبز - میزبان ناخواسته‌ی کرونا شده‌اند و آرام آرام و ناباورانه به مرز بحران نزدیک می‌شوند. این کشورها تاکنون در قرنطینه‌سازی و پیشگیری و حتی آمادگی مواجهه و تامین ماسک و کیت تشخیص، چندان جلوتر از کشور ما نبوده‌اند. نیز چون در این کشورها، اصولاً بحران‌ها - لااقل در نیم قرن اخیر - مزمن و پی‌درپی نبوده است، آمادگی‌شان چندان به روزتر و کارسازتر از کشور ما نیست. از دور نظر کردن و برای خود فرضیه بافتن در کرامات کشورهای اروپایی در برخورد معجزه‌آساشان(!) با بحران‌ها، خوش خیالی و تخلیه‌ی دق‌دلی داخلی است.

۳- چه بد غنیمتی شمرده‌اند بعضی کسان در این غائله، که بر طبل منازعات و مجادلات سیاسی، با مستمسک قرار دادن کرونا می‌کوبند و از نمد نامیمون این ویروس، همچنان در پی بافتن کلاهی از بداخلاقی‌ها و تنازع آفرینی‌ها هستند؛ چه آن‌ها که سوژه‌های بی‌مزه‌ی توئیت‌هاشان را از این آبشخور فراهم می کنند و در کوران حادثه نیز از ناخن کشیدن بر چهره‌ی رقیب فرو نمی گذارند؛ چه آن کسان که این مخمصه را وقت ناشناسانه، مرحله‌ای یافته‌اند برای تحکیم اعتقادات مردم از طریق مقاومت در برابر دستورهای قرنطینه‌سازی و محدویت اماکن مذهبی؛ - کاری که در این چهار دهه باید بر آن توفیق می‌یافتند -؛ نیز چه آنهایی که بی‌محابا با عقاید و عواطف شخصی و دینی و چه بسا تجربه‌شده‌ی مردمان در می‌افتند و نشخوارگری می‌کنند از دستاوردهای ضد دینی بعد از رنسانس و عصر روشنگری! همگی چشمانی کم‌سو، بلکه نابینا دارند.

۴- هیچ کس جز کادر پزشکی و پیراپزشکی صلاحیت اظهار نظر در مورد کرونا را ندارد. نشانه‌ها، طول درمان، صعود و نزول سیر بیماری و حتی اظهار نظر در مورد وسایل و امکانات و کیفیت رسیدگی در صلاحیت جز این گروه نیست. بیایید از حرف‌های بی‌ربط و بی‌اثر در کار این گروه بکاهیم و در عوض، این جان‌بر‌کف گرفتگان در خط مقدم مبارزه را بی‌اعصاب نکنیم. پرستاری که فرزندش را به مادر و یا شوهرش سپرده و فرشته‌ی نجات بیماران شده، بهتر از من و شمای خانه‌نشین می‌داند که، مخفی کاری بوده یا نه؛ امکانات هست یا نیست؛ آمار واقعی چیست؛ و خلاصه کار درمان کدام است. حوصله‌مان اگر سر رفت و یا خیلی نسبت به مدیریت‌ها روانمان مخدوش شد، یک خبر از بی‌بی‌سی حالمان را خوب می کند! بگذاریم کادر پزشکی کارشان را بکنند.

۵- در کنار برخی پلشتی‌ها همچون احتکار و گران‌فروشی‌ها، نیز ببینیم رفتارهای انسانی شهروندان را نسبت به یکدیگر. صاحب ملک و یا طلبکاری که به مستأجر و بدهکارش رخصت زمان می‌دهد و میوه‌فروشی که به سود عادلانه اکتفا می‌کند و شهروندی که تکریم بهداشتی مناسب را نسبت به رفتگر محله‌اش روا می‌دارد، سزاوار نشر و برجسته‌سازی‌اند. منتظر نباشیم که در بحران‌ها، اخبار تأیید شده و نشده از همکاری ملی را از ژاپن و آلاسکا و ماداگاسکار، آتش تهیه‌ی دست‌افشانی و پایکوبی در فضاهای مجازی‌مان کنیم. فضاهای واقعی خودمان نیز پر است از انسانیت؛ این‌ها را هم ببینیم و این‌قدر آه سرد نکشیم.

۶- کشتی نشستگانیم. دست به دعا برداریم که: ای باد شرطه برخیز!

هر مقدار که قناعت کنی، ارزشمند است
• حضرت علی (ع)



زیر نظر: محمود صفادار

# خویدک قلعه نگهبان

روستای خویدک از جمله روستاهای تاریخی استان یزد است که همانند تمام مناطق بیابانی دارای آب و هوای گرم می‌باشد بطوری که تابستان‌هایی سوزان و زمستان‌هایی سرد و خشک دارد. قدمتی تاریخی این روستا به ۱۵۰۰ سال و به گفته برخی به ۳۰۰۰ سال قبل برمی گردد. سابقه تاریخی و اصالت آن از بناها و آثار باستانی تاریخی که در آن وجود دارد هویدا است. آثار با ارزشی مانند مسجد جامع قدیم، مسجد پنج علی، مسجد حاجی شمس، آسیاب آبی و آب انبار حاج سید حسین. اما شاید بتوان برجسته‌ترین این مجموعه آثار دیدنی را "قلعه خویدک" دانست. قلعه خویدک در داخل همین روستای باستانی، در فاصله ۱۷ کیلومتری از جنوب شهر یزد و در مسیر جاده یزد -بافق قرار دارد. در ساخت این قلعه همچون ارگ بم، از مصالح بومی استفاده شده و روش‌های بکار رفته در ساخت آن، این قلعه را در گروه بناهای معماری سنتی کویر جای می‌دهد. قدمت قلعه خویدک به دوره ساسانیان برمی گردد. این قلعه بزرگ ۲۲۵۲ متر مربع مساحت دارد و در سالیان دور محلی برای سکونت و پناهگاه بوده است. در آن دوران، زمانی که روستاها مورد حمله قرار می گرفتند مردم به داخل قلعه خویدک پناه می آوردند. جنبه حفاظتی و پناهگاهی قلعه از ساختار آن مشهود است. دیوارهای اطراف قلعه از خشت و چینه ساخته شده‌اند و حدود ۸ متر ارتفاع دارند. چهار برج در چهار طرف قلعه قرار دارد که سوراخ‌هایی در دیوارهای آنها تعبیه شده است و در زمان حمله شدن به روستا، نگهبانان از داخل آنها مهاجمین را هدف تیر و کمان خود قرار می‌دادند. همچنین در اطراف قلعه، خندق‌هایی به عرض ۱۰ متر وجود داشته است. معماری داخل قلعه نیز بسیار چشمگیر می‌باشد. ورودی قلعه طاق هلالی بلندی است که در ضلع





# داریان و پاییز رویایی

روستای داریان از روستاهای توابع بخش مرکزی شهرستان پاوه در استان کرمانشاه می‌باشد. این روستا از جمله روستاهای پرجمعیت، قدیمی و بسیار زیبایی است که در منطقه کوهستانی هورامان قرار دارد. فاصله آن از پاوه حدود ۸۲ کیلومتر و دلیل عمده‌ای که نام آن را برای همه دوستداران طبیعت آشنا کرده است، طبیعت بکر و زیبایش و همچنین باغهای انار بی‌نظیرش می‌باشد. این روستا در دامنه کوه شاهو و در کنار رودخانه پر آب سیروان قرار گرفته و به خاطر همین دو ویژگی از طبیعتی بسیار زیبا و جنگل‌های انبوه برخوردار است. کوه نور در منتهی الیه شاهو که بلندترین قله هورامان و شاهو می‌باشد در راس این روستا قرار گرفته است. اما اینها تنها جاذبه‌های طبیعی این روستا نیستند. چشمه‌ای بسیار زیبا و پر آب در پایین دست روستا جریان دارد که محلی‌ها به آن "درو داریانی" می گویند. این چشمه از آبهای کوه شاهو سرچشمه می گیرد و در محلی به نام سرچشمه از دل زمین بیرون آمده و به رودخانه سیروان می ریزد. از دیگر چشمه‌های پر آب این روستا می‌توان به چشمه مارو، سرچشمه، چشمه هانه چرمه، چشمه سپیا و چشمه هانه وز اشاره کرد. پر آب بودن این منطقه و کوهستان‌هایش موجب پیدایش این همه چشمه‌های دیدنی شده است که منظره و طبیعت آن را جان بخشیده‌اند.

مردم خونگرم و مهربان روستای داریان به زبان هورامی صحبت می کنند و مانند همه روستاهای هورامان لهجه خاص خود را دارند. اینطور که آخرین آمار نشان می‌دهد جمعیت روستای داریان کمی بیش از ۱۰۰۰ نفر است. شغل اکثر مردم این روستا، باغداری و دامپروری است و در کنار آن صنایع دستی از جمله سبد بافی و همچنین پرورش ماهی و زنبور داری نیز رایج است. همچنین در سالهای اخیر، ترویج پرورش ماهیهای سردابی توسط شیلات استان کرمانشاه، موجب ایجاد دهها استخر پرورش ماهی در کنار رودخانه و اشتغال بیشتر افراد منطقه شده است.



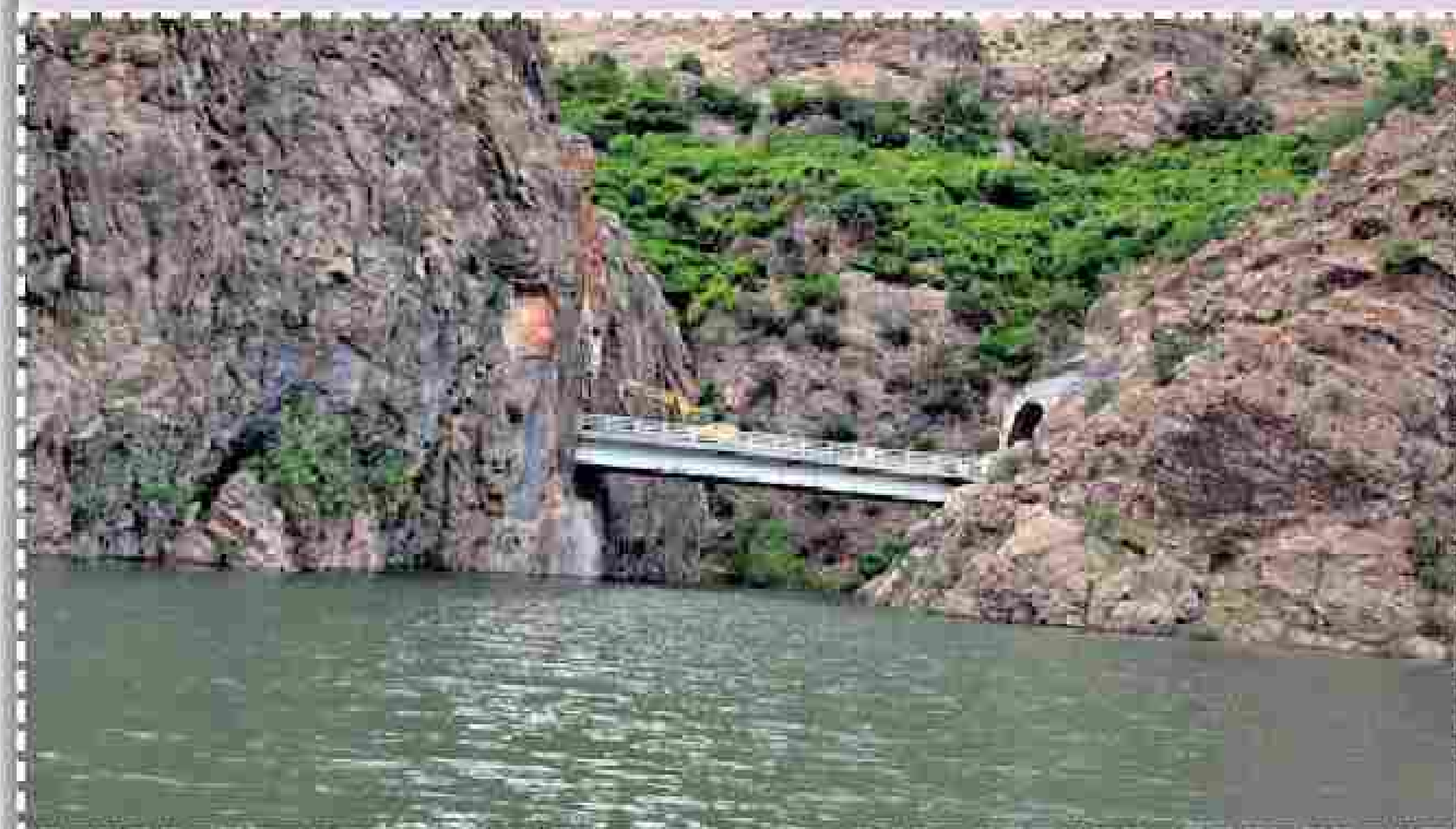


جنوبی آن واقع شده است. در داخل قلعه، اتاقک‌هایی در چهار ردیف ساخته شده‌اند که سقف آنها به شکل آهنگ و قوس هلالی است. بقایای بنای آسیاب آبی نیز در کنار قلعه خویدک قرار دارد. اینطور که باستان‌شناسان بیان می کنند، این آسیاب در مسیر قنات قرار داشته و نشان می‌دهد که از همان زمان سیستم توزیع آب در داخل قلعه ایجاد و تعبیه شده بوده است و نگهبانان نیز مجبور بودند از آسیاب نیز حفاظت کنند و اجازه ندهند که مهاجمین، راه آب را ببندند. البته به مرور زمان و با توجه به اینکه تعمیراتی برای حفظ بنای قلعه نیاز بوده، ظاهر آن دچار تغییراتی شده است. از جمله اینکه خندق‌های اطراف قلعه دیگر وجود ندارند و بدلیل پروژه‌های راه‌سازی پر شده‌اند، و یا اینکه لوله آب شهری تا ورودی قلعه کشیده شده است. این قلعه تاریخی و ارزشمند در تاریخ ۲۲ مرداد ۱۳۸۴ در فهرست آثار ملی کشور قرار گرفت. در سفر به یزد حتما از این اثر باستانی دیدن کنید.



از آنجا که روستای داریان در منطقه‌ای کوهستانی و در میان کوه‌های شاهو قرار گرفته است، آب و هوای آن در زمستان‌ها بسیار سرد است اما در تابستان بسیار مطبوع و خوشایند بوده، و در بهار و پاییز نیز معتدل است اما بهتر است برای این فصول لباس گرم هم همراه داشته باشید.

قرار گرفتن روستا در دامنه کوه باعث شده است که مردم خانه‌های خود را روی کوه و در دامنه‌ها بسازند که در منطقه هورامان این گونه خانه‌سازی را پلکانی می گویند. در مورد اینکه چرا اسم این روستا را داریان نامیده‌اند در میان مردم روستا چند بحث وجود دارد اما درست‌ترین آنها با توجه به اینکه زبان روستاییان هورامی است این است که داریان به معنی "سیر شده از آب" می‌باشد و چون این روستا دارای چشمه‌های زیبا و پر آبی می‌باشد و از نظر منابع آبی کاملاً سیراب است به همین دلیل بود اسم این روستا را داریان نامیده‌اند.





# آبشار پیران

گزارش از سحر شریعتمداری

آبشار پیران یا آبشار ریجاب یکی از بلندترین آبشارهای ایران است که در استان کرمانشاه قرار دارد. ارتفاع این آبشار در حدود ۱۸۰ متر است. ریجاب تغییر یافته کلمه "ریژ آوو" به زبان کردی کرمانشاهی می‌باشد که "آوو" به معنی آب و "ریژ" به معنی ریختن است. این آبشار سه قسمت متوالی دارد که دو قسمت بالایی بلندتر و قسمت پایینی کوتاه‌تر بوده و قسمت بالایی آبشار به گونه‌ای است که زیر درختان قرار گرفته و نمایی بسیار زیبا را از منظر کسانی که در پایین آبشار ایستاده‌اند ایجاد کرده است. آبشار پیران در نزدیکی روستای شالان و در فاصله ۹ کیلومتری از سر پل ذهاب واقع شده است. در نزدیکی آن، ویرانه‌هایی از قصر یزدگرد هم قرار دارد که متعلق به دوران ساسانیان است. کوهنوردان بسیاری هر ساله از بالای صخره‌های اطراف آن به پایین می آیند. این آبشار نام خود را از روستای پیران گرفته است. اما نام دیگر آن یعنی ریجاب را به این دلیل بر آن گذاشته‌اند که آب این آبشار از منطقه ریجاب سرچشمه می گیرد. اگر قصد رفتن به ریجاب را داشته باشید، باید از کرمانشاه به سمت اسلام‌آباد غرب و کرند حرکت کنید. سپس بعد از عبور از سرخه دیزه، در ۱۸ کیلومتری سرپل ذهاب، به سه راهی ریجاب خواهید رسید که به خوبی دیده می‌شود. از آنجا حدود ۷ کیلومتر تا ریجاب فاصله است. این آبشار از جاذبه‌های طبیعی مورد علاقه کوهنوردان نیز بوده و در تمامی فصول، کوهنوردان بسیاری برای فرود از بالای صخره‌های آن به پایین به این آبشار سر می‌زنند. برای رفتن به آبشار می‌توانید از شمال شهر سر پل ذهاب به سمت روستای پیران بروید و پس از دور زدن روستا به پارکینگی در شرق آن می‌رسید. از اینجا تا پای آبشار حدود ۱۵۰۰ متر راه را باید پیاده طی کنید که بیش از نیمی از آن به خوبی سنگفرش شده است. این مسیر به پایین آبشار می‌رسد. مسیر دیگری که به بالای آبشار می رسد از ریجاب می گذرد و در کنار روستای ژالگه به بالای صخره‌های مشرف بر آبشار ختم می‌شود که مناظری بسیار زیبا از آبشار را می‌توانید در آنجا تماشا کنید.





اگر به حقیقت حال و روز کسی پی ببریم، خطاهای او را خواهیم بخشید
● جان کایزل

**دیباچه نوروزی**

**دوباره ویژه نامه نوروزی اطلاعات هفتگی چاپ شد، تا این عبارت تکراری مرا هم بخوانید: "این هم از سال ۱۳۹۸"!حکایت این "مقدمه‌های نوروزی" حقیر هم باری خودش حکایتی است؛ شاید اگر کسی مجموعه مقدمه‌های ویژه نامه‌های نوروزی داستان زندگی همین چند سال گذشته را جمع آوری کند و کنار هم بگذارد یک تقویم شود از آنچه که در طول همه این یک دهه بر ما و سرزمینمان گذشته است، یک سال از "سیل" نوشتیم و سال قبلش از "زلزله" یک بار از "ریزگردهای نفسگیر" در خوزستان عزیز گفتیم و سال بعدش از "خاک بی‌مروت" بلوچستان دوستداشتنی. از مظلومان آتشنشانی در پلاسکو و از غرق شدگان معصوم سانچی و... و... هم نوشتم. نه، اصلاً اینطوری نیست که خودم بخواهم هر بار و "دم عید" از تلخی و ناروایی‌های روزگار بنویسم؟ دیوانه که نیستم! من هم آرزو دارم هر بار و در آخرین شماره مجله اطلاعات هفتگی از گل و بلبل بنویسم و صدایم را بیندازم توی سرم و با شوق و ذوق این ترانه را بخوانم که: "همه چیز آرومه، ما چقدر خوشبختیم!"**

**اما نمی‌شود، تقصیر کسی هم نیست، فعلاً طبیعت بدجوری دارد به ما "بفرما" می‌زند! مثلا همین سال ۱۳۹۸ که دارد روزهای آخر را می‌گذراند، مگر می‌شود از گل و بلبل نوشت؟ وقتی به آن همه داغ سنگین و جگرسوز فکر می‌کنم و به ناجوانمردی‌های ناجوانمردترین رئیس جمهور آمریکا می‌اندیشم و یاد قربانیان بی گناه هواپیمای اوکراین می‌افتم؛ بغضی سنگین گلوگیرم می‌شود و چشمانم را بارانی می‌کند. حالا دیگر از گرانی‌های افسار گسیخته و بی توجهی حیرت آور مسئولان که بهتر است اصلاً خودم را سبک نکنم و چیزی ننویسم اما... اما از این "کوفت آخری" نمی‌توان ننوشت! منظورم همین ویروس بدذات "کرونا" است، که درست گذاشت و دم عید، تبدیل شد به سوغاتی ناخواسته چشم بادامی‌هایی که خودشان بزرگترین قربانی آن خفاشهای بی ریختشان هستند!! راستش را بخواهید من حتی از خواندن و شنیدن خبرهای این "کرونای زهرماری" گریزانم، پس حالا چه می‌خواهم بنویسم؟ اجازه بدهید "دیالوگی" را که چند روز قبل با "عزیزی" داشتم، برای شما بازنویسی کنم.**

**به نظر من ویروس کرونا، شبیه به "بازی رولت" است و البته که بازی "رولت" همان قماری است که در کازینوهای جهان انجام می‌شود؛ حالا فردا ننویسید که این طیب قمارباز است و به کازینو رفته؟ نه والله، بنده فقط بازی رولت را در فیلمهای شبکه‌های ماهواره‌ای می‌بینم -خودم هم ماهواره ندارم و در خانه همسایه می‌بینم!!! -اما برگردیم به کرونا و به رولت؛ بازی رولت اینگونه است که شخص بازیکن "یعنی همان قمارباز" تاس خود را بر روی یک صفحه مدور که در حال چرخیدن است، پرتاب می‌کند و هیچ اختیاری برای برنده شدن یا بازنده شدن ندارد، یعنی اگر خوش شانس باشد می‌برد و اگر نه بازنده می‌شود! حالا حکایت کرونا هم همین فرمول را دارد، یعنی معلوم نیست که میراث آن خفاشها یا مورچه خوارهای بدترکیب نصیب چه کسی شود؟ البته که منظورم این نیست که "بی خیال پیشگیری شویم"! چرا که احتیاط شرط عقل است و رعایت اصول بهداشتی، قطعاً و حتماً مانع از مبتلا شدن ما خواهد شد اما...، اما یک تفاوت بزرگ میان این کرونا و آن رولت وجود دارد که چیزی نیست جز باور ما، یعنی هر قدر بیشتر به خودت تلقین کنی که: "من به این ویروس مبتلا نمی‌شوم" مطمئن باش که از گزند آن در امان خواهی بود و سال آینده باز هم خواهی خواند "این هم از سال ۱۳۹۸"! اصلاً گور پدر کرونا و گرانی و سختی‌های روزگار! ما یک عمر است که به امید زنده‌ایم، پس یقین داشته باشید که این بار نیز از پس این ویروس زشت و نالوطی برمی آییم و یقیناً نوروز ۱۳۹۹ را -حتی اگر از خانه‌مان خارج نشویم و به عید دیدنی هم نرویم -با خوشی و شادی پشت سر خواهیم گذاشت. قبل از خواندن داستان زندگی این شماره بگویم که، یادمان نرود در لحظه تحویل سال که مشغول "زمزمه" یا مقلب القلوب "هستیم با همه قلبمان از پروردگار بخواهیم که سال ۱۳۹۹ بهترین سال زندگی ایرانیان باشد" و یقین داشته باشید "خداوند مهربان است"**

نوروزتان مبارک، با این امید که ۹۹ بهترین سال زندگیتان باشد.

# بوتیمار

تهیه و تنظیم: محسن طیب
بر اساس سرگذشت: فروغ
Mohsen.ak۲۱۲ @gmail.com

هر سال و در روز چهاردهم شهریور، اگر "کن فیکون" هم می‌شد یا از آسمان سنگ هم می‌بارید تمام فامیل ما - که خیلی هم پر تعداد هستند - در "خانه باغ" **عمه ملیحه** دور هم جمع می‌شدیم تا تولد عمه ملیحه را جشن بگیریم. نه از این تولدهای معمولی، که به معنی واقعی یک جشن لاکچری! از بس که عمه ملیحه برای همه فامیل عزیز است و همه دوستش دارند؛ اصل و اساس دوست داشتن "عمه ملیحه" جدای ثروتش مهربانی او بود که شامل همه می‌شد، ولی وای به روزی که یک نفر مرتکب یکی از "خطاهای سه گانه غیر قابل بخشش -از نظر عمه ملیحه" می‌شد! که عبارت بود از "نزول و اعتیاد و خیانت" **"به زبان ساده**؛ اگر کسی معتاد می‌شد، یا پول نزول می کرد و یا نزول می‌داد یا به همسرش خیانت می کرد، آن شخص کاملاً از چشم "عمه ملیحه" می‌افتاد. درست شبیه همان اتفاقی که میان پدر من و خواهرش، یعنی عمه ملیحه رخ داد؛ پدر که به خاکستر اعتیاد نشست، عمه خانم چند مرتبه‌ای به پدر من -که برادر بزرگش بود -فرصت داد تا ترک کند، اما پدر که اعتیاد را ترک نکرد، عمه ملیحه برادرش را ترک کرد و آخرین مرتبه همین ده ماه قبل بود که در گروه تلگرامی فامیل، یک پیام کوتاه اما کامل را پست کرد و نوشت: اگر کسی در حضور من و یا حتی در این گروه اسمی از **فریدون** بیاورد، من دیگر اسم آن شخص را به زبان نمی آورم!"

همین جمله کافی بود تا فک و فامیل که می دانستند عمه خانم اهل تهدید توخالی نیست، کاملاً دور آقا فریدون را خط قرمز بکشند! خیلی‌ها پدر را دوست داشتند و یا دلشان برایش می‌سوخت، اما لابد از ترس عمه ملیحه و اینکه از مواهب او محروم شوند! دیگر هیچکس نه با آقا فریدون تماس داشت و نه حتی اسمش را به زبان می آورد، اما مگر من می توانستم پدرم را فراموش کنم؟ هر چند که سه خواهر و برادر بزرگترم هم معتقد بودند "پدر آبروی ما را برده" و کمی هم حق داشتند، اما میان من که کوچکترین فرزند خانواده بودم و سه خواهر و برادر بزرگم یک تفاوت وجود داشت؛ پدر برای من، هم پدری کرد و هم مادری؛ وقتی هشت سالم بود و مادرم مرد، پدرم که مرا همیشه کنتس کوچولو صدا می کرد، طوری از من مراقبت می کرد که همکلاسیهایم می گفتند: "خوش به حالت فروغ، پدر تو حتی از مادر ما بیشتر از دخترش مراقبت می کنه"! دروغ هم نمی گفتند، چرا که پدرم انگار از همه مادرهای دنیا بهتر بلد بود که باید با دختر نوجوانش چگونه رفتار کند تا به راه خطا نرود! اما افسوس که وقتی پدرم از من و سه فرزند دیگرش با همه وجود مراقبت می کرد، هیچکدام از ما چهار فرزندش یادمان نبود که ما هم باید از پدری که عاشقترین شوهر دنیا بود و حالا عزادار زن محبوبش شده مراقبت کنیم! و آنقدر مراقبش نبودیم که تا به خودمان آمدیم پدر را در گوشه و کنار خانه پای منقل و پایپ دیدیم! خیلی با او حرف زدیم، من و خواهر و برادرانم هر کار بلد بودیم انجام دادیم؛ از گریه و التماس تا تهدید و توهین! گریه‌هایش مال من بود و توهینها و تحقیرها و تهدیدها مال فرزندان بزرگش! ولی پدر انگار طوری غرق شده بود که نه گریه‌های مرا می دید و نه تحقیر بقیه را! از آنجا به بعد بود که "عمه ملیحه" پا به میدان گذاشت و خیلی تلاش کرد که برادر بزرگش را ترک بدهد، اما وقتی ترک نکرد، عمه ملیحه حرف آخر را زد: "فریدون، دیگه نمی‌خوام ببینمت"!

از آن به بعد بود که پدر، دیگر حتی به خانه هم نیامد و "پارک نشین" و "کوچه خواب" شد و با اینکه می‌دانست عمه ملیحه به یکی از مستاجرانش -که در پاساژ هشت مغازه‌ای عمه خانم یک بوتیک داشت - سپرده که هر ماه "اجاره مغازه" را به کارت بانکی فریدون بریزد، اما پدر آن کارت عابر را سوزاند و در همه این مدت حتی یک ریال از آن حساب برنداشت! هیچکس هم نمی‌دانست چرا آقا فریدون نمی‌خواهد منت پذیر این خواهرش باشد که ۳ سال هم از برادرش

کوچکتر است!

عمه ملیحه قبل از اینکه تحصیلات دانشگاهی‌اش را در "مجسمه‌سازی" تمام کند با یکی از همان همکلاسی‌هایش که او هم "تابلو پرتره" می‌کشید ازدواج کرد. هرچند که شوهرش اندازه عمه ملیحه شهرت هنری نداشت، اما در عوض آنقدر ثروت داشت که بیست سال پس از ازدواجشان وقتی فوت کرد، هم برای دو فرزندش پول خوبی به جا گذاشت، هم برای عمه ملیحه آنقدر ارث باقی بماند که عمه خانم هم با درایت و نبوغ اقتصادی‌اش، آن ثروت را چند برابر کند و حالا، با اینکه پسرعمه و دختر عمه ام هر دو در اروپا بودند و در کار بیزینس، ولی مادرشان به آنها نیاز مالی که ندارد هیچ، حتی بعضی وقتها گره گشای مشکلات تجاری‌شان هم می‌شود. همه اینها را تمام فامیل می‌دانستند، اما کسی نمی‌دانست چرا آقا فریدون حاضر نیست از خواهرش کمک بگیرد، هرچه بود، همه این حقیقت تلخ را باور کردند و پذیرفتند جز من که چند مرتبه از زبان مادر خدابیامرزم نام یکی از "کهنه رفیقان" پدرم را شنیده بودم: **بوتیمار!**



آن روز هم چهاردهم شهریور بود و همه فامیل در "خانه باغ" عمه خانم جمع شده بودیم و گروه ارکستر هم آمده بود و چند گارسون هم مشغول پذیرایی از مهمانان بودند و جشن تولد لاکچری عمه خانم در اوج شکوه در حال برگزاری بود که غریبه‌ای داخل باغ شد و آمد وسط مهمانی و رو به بچه‌های ارکستر کرد و خنداخند گفت: بابا لااقل یک ترانه از "عباس قادری" اجرا کن، الان که دیگه ترانه‌هاش مجاز شده؟ ببینم ترانه "پارسال بهار دست جمعی رفته بودیم زیارت" رو بلدین اجرا کنید یا نه؟

گروه ارکستر اگر هم آن تصنیف را بلد بود، اما از سکوت سنگین داخل باغ فهمید که قرار است طوری بشود؛ مخصوصاً موقعی که عمه ملیحه غضبناک نگاه کرد و خواست برگردد. داخل عمارت! هیچکس آن مرد شصت و سه ساله بلند قد که موهای جوگندمی و "فرفری" داشت را نمی‌شناخت. حتی وقتی عمه خانم غضب کرد، یکی دو نفر از مردان مجلس برخاستند که او را به بیرون "هدایت" کنند! ولی مرد جوگندمی با لبخند و صدای بلند حرفش را ادامه داد: "چطوری آبجی ملی"؟ اصلاً هیچکس فکرش را هم نمی کرد که یک نفر پیدا شود و جرات کند نام "ملیحه" را دو قسمت کند و "آبجی مَلی" صدایش بزند! ولی عمه ملیحه واکنش نشان نداد و رفت داخل ساختمان، تا آن یکی دو نفر هم بفهمند که نباید مزاحم این غریبه شوند، همان غریبه‌ای که هیچکس نمی‌دانست کسی که او را دعوت کرده من هستم، و فقط من هم نامش را می‌دانستم! تا بالاخره آقا بوتیمار لبخندی زد و رو به من کرد و گفت:

-زنگوله پای تابوت فریدون تو هستی؟ اسمت چی بود؟ آهان "فروغ" درسته؟ بیا ببینم "کنتس کوچولو" تو بلدی منو راهنمایی کنی داخل ساختمان!... آقا بوتیمار چنان شیک و حرفه‌ای رفتار کرد که هیچکس شک نکند که او مرا می‌شناسد و من او را دعوت کرده‌ام! به همین خاطر من هم خود را متحیر نشان دادم و انگار که چاره‌ای ندارم! همگام آقا بوتیمار شدم و جلوی در عمارت که رسیدیم آقا بوتیمار به ارکستر گفت: "بابا مگه مجلس سخنرانیه که همه ساکت هستین؟ بزنین و بخونین... هرچی دوست دارین بخونین!"

آقا بوتیمار مخصوصاً این را گفت تا صدای موزیک مانع از شنیدن حرفهای او -و احتمالاً فریادهای عمه ملیحه- شود! و بعد داخل ساختمان شد و حتی نگذاشت من برگردم و دستم را گرفت و کنار خودش و روبروی مبلی که عمه خانم نشسته بود، روی آن کاناپه نشستیم و آقا بوتیمار به من گفت: "تو باید اینجا بنشینی و شاهد باشی که اگه عمه خانمت ناغافل سکته کرد، فردا نگن بوتیمار اومد و عشق قدیمیش رو کشت! حالا من هم یکّه خورده بودم. هرچند که خودم هفته قبل و با هزار بدبختی رفیق قدیمی پدرم را یافته بودم و همه چیز در مورد اعتیاد پدرم و بایکوت پدر از سوی عمه خانم را برایش گفته بودم، اما شنیدن این جمله "عشق قدیمی" از زبان آقا بوتیمار مرا هم بهتزده کرد! عمه ملیحه اما - که حالا فهمیده بود این مهمان ناخوانده از سوی چه کسی دعوت شده- چنان گرهی به ابروانش نشاند که ترسیدم و بعد هم گفت: "جوری آن زبونت رو ببرم که وقتی بزرگ شدی یاد بگیری فضولی موقوف یعنی چی؟"

لابد پوست صورتم همرنگ کت مشکی بوتیمار شده بود که او فهمید ترسیده‌ام و با لحنی که هیچکس جرات نداشت با عمه ملیحه آنگونه صحبت کند، رو به او کرد و مرا نشان داد و گفت: آره... این دختر هفده سالشه... اما همین فروغ که میگی بچه است، صد مرتبه از عمه‌اش لوطی‌تره آبجی مَلی!... منتظر بودم "عمه ملیحه" بر سرش داد بکشد، اما با خونسردی گفت: هنوز هم مثل لات‌های چاله میدون حرف می زنی بوتیمار؟

آقا بوتیمار دود سیگارش را از لابلای سبیل پرپشتش بیرون داد و پوزخند زد و گفت: "آره... با همان لحنی حرف می‌زنم که خیلی وقته آنطوری حرف نمی‌زنم، اما مخصوصاً الان دارم اینطوری حرف می‌زنم که تو را یاد یه چیزهایی بیندازم!"... عمه ملیحه با چشم مرا نشان داد و گفت: "بعداً حرف می‌زنیم" اما بوتیمار با دست مرا نشان داد و گفت: "اولاً که بچه‌های این دوره با دوره ما فرق دارند، ثانیاً بهت گفتم این دختر هفده سالش نیست، هزار و هفده سالشه! از همه مهمتر؛ فکر کردی اومدم اینجا غمزه بیام تا عشوه‌های تو رو ببینم، نه ملی خانم، ما از نسل مردان دایناسورها هستیم که اگر یک بار از عشقشان نه بشنوند، تا پیچ آخر بهشت زهرا هم برسند بهش نگاه نمی کنند، چه برسه که بخوان دلشون رو دوباره پیشکش کنند، نه ملی خانم، اصلاً واسه همین مثل گذشته‌ها بهت گفتم آبجی ملی، تا یکدفعه هوا برت نداره که اومدم مختو بزنم! من واسه خودم نیومدم، اومدم زل بزنم تو چشمات و بهت بگم، چطوری روت میشه تو صورت این دختر نگاه کنی و از کاری که فریدون واسه تو کرد، و آنچه تو داری برای برادرت می کنی، خجالت نکشی؟"

عمه ملیحه خواست پاسخ بدهد که آقا بوتیمار ترش کرد و گفت: "تا حرف من تموم نشده هیچی نگو خانم هنرمند! وقتی من حرفهام رو به دختر فریدون زدم و رفتم؛ اونوقت نوبت تو می‌رسه که اگر دلت خواست زبانش رو ببری یا اگر خواستی بهش بگی از چه زمانی اینقدر نالوطی شدی ملی خانم؟"... بوتیمار همه هوای داخل ریه‌اش را "آه" کرد و بیرون فرستاد و رو به من شروع کرد به گفتن از گذشته: خوب گوش کن فروغ جان، یا به قول بابات "کنتس کوچولو" خوب به حرفهام گوش کن، چون دیگه منو نمی‌بینی! این عمه ملیحه شما که الان شده گل سرسبد فامیل و حتی تعداد حسابهای بانکیش رو هم نمی دونه چه برسه به کل موجودی حسابهاش، از روز اول که اینطوری نبود؟ آن زمان که محصل دبیرستان بود، من و بابات که رفیق بودیم رفتیم سربازی و در همان دوران آموزشی بود که پدربزرگت یعنی بابای عمه خانمت، شد خدابیامرز! طفلک فریدون بیشتر نگران دوتا عموت بود که دبستان می‌رفتند، یعنی خیالش از بابت خواهرش کاملاً راحت بود و همیشه می گفت: "ملیحه خودش یک پا مرده و هیچکس جرات نمی کنه توی محل بهش چپ نگاه کنه" از همان زمان بود که من هم به عمه شما می گفتم "آبجی ملی" حتی وقتی با فریدون می‌اومدیم

طبیعت، بشر را خوب می‌سازد اما اجتماع گاه او را فاسد می‌کند ● افلاطون

بقیه در صفحه ۹۲

# ایران و جهان

*رهبر انقلاب به مناسبت روز درختکاری: همه دستگاهها موظفند با وزارت بهداشت همکاری کنند
*وزیر بهداشت: تجمع‌ها عامل اصلی بیماری کرونا است و مراسم عروسی و عزا باید لغو شود
*رئیس‌جمهوری: در کوتاهترین زمان ممکن و با کمترین تلفات از بحران عبور می کنیم
*دادستان کل کشور: اخلال در نظام سلامت مجازات افساد فی‌الارض دارد
*حداقل حقوق کارمندان و بازنشستگان سال آینده ۲ میلیون و ۸۰۰ هزار تومان است
*سخنگوی دولت: سررسید وامهای کسب و کار ۲ ماه به تعویق می‌افتد
*ظریف: آمریکا افغانستان را ترک می کند و افتضاح بر جا خواهد گذاشت
*ستاد تنظیم بازار نظارت بر کالا و کنترل قیمت‌ها را شدت بخشید
*توزیع کالاهای اساسی به نرخ مصوب در فروشگاههای زنجیره‌ای و میادین میوه و تره‌بار آغاز شد
*به دنبال شیوع کرونا در ۱۱۰ ایالت آمریکا، حالت فوق العاده اعلام شد
*بن سلمان ولیعهد سعودی، برادر شاه و دهها شاهزاده را به زندان انداخت
*سوریه حمله گسترده موشکی خود به مواضع ارتش ترکیه در ادلب را آغاز کرد
*پاپ حضور در تجمعات عمومی را لغو کرد
*نخست وزیر ایتالیا دستور قرنطینه ۱۴ استان این کشور را به دلیل شیوع کرونا صادر کرد
*خاویرپرز دکوئیار دبیر کل اسبق سازمان‌ملل درگذشت
*مصر یک مخالف دولت سیسی را اعدام کرد
*نخست وزیر اوکراین استعفا کرد
*مکرون: بحران کرونا چندین ماه می‌تواند ادامه یابد
*عربستان از بیم کرونا حج عمره را برای شهروندان خود ممنوع اعلام کرد
*سازمان ملل: اداره عراق در این شرایط دشوار است
*تنش میان اروپا و ترکیه بر سر مهاجران بالا گرفت
*دولت وفاق ملی لیبی: به زودی نیروهای ژنرال حفتر را از طرابلس بیرون می کنیم
*طالبان افغانستان پس از امضای توافق با آمریکا حملات خود را علیه دولت از سر گرفت
*رئیس‌جمهوری مغولستان پس از بازگشت از چین قرنطینه شد
*وضعیت هجوم آوارگان سوری از ترکیه به سمت اروپا حالت بحرانی به خود گرفت
*کره‌شمالی نخستین آزمایش موشکی خود را در سال ۲۰۲۰ انجام داد
*پوتین: اثرات منفی ویروس کرونا بر اقتصاد جهانی در حال بروز است

---

از جهان سیاست

# ادلب؛ میدان تنش ترکیه و سوریه

پویا حمدالهی

**ارتش سوریه به دنبال فتح آخرین قلعه شورشیان مسلح این کشور است. "ادلب" در هفته‌های اخیر صحنه جنگی تمام عیار میان ارتش سوریه و تروریست‌هاست. "ادلب" خان آخر بشار اسد است، تا حاکمیتش بر خاک سوریه را کامل کند. از سوی دیگر اغلب گروه‌های حاکم بر استان ادلب از حمایت ترکیه برخوردارند و از زمان آغاز عملیات ارتش سوریه در ادلب، ترکیه نیز در تلاش است تا جلوی این عملیات را بگیرد؛ عملیاتی که دولت سوریه در آن از پشتیبانی‌های روسیه هم برخوردار است.**

**سیاست باج خواهی**

از نخستین روز آغاز بحران سوریه در سال ۲۰۱۱ میلادی، رجب طیب اردوغان، رئیس جمهور ترکیه، سیاست "باج خواهی" داخلی، منطقه‌ای و بین المللی را عملی کرده است، اما به نظر می‌رسد با ورود عملیات نظامی در آنجا به آخرین مراحل خود، حاشیه امن اردوغان برای مانور دادن کمتر شده است. امری که وی را در موقعیت دشواری قرار داده است، به ویژه پس از آن که سربازان ترکیه‌ای در مقابل آتش نیروهای روسی و سوری قرار گرفتند که این امر به نحوی بر شرایط داخلی اردوغان تاثیر می گذارد. مساله عجیب این است که رئیس جمهور ترکیه مناطقی را که ارتش سوریه می‌تواند در جنگ علیه گروه‌های مسلح تروریستی وارد آن بشود، تعیین می کند و این در حالی است که حضور نیروهای ترکیه در آن منطقه متکی بر هیچ پایه و اساس قانونی نیست، زیرا دولت سوریه که سازمان ملل آن را به رسمیت می‌شناسد، این حضور ترکیه را اشغالگری می‌داند. اما همزمان اردوغان تلاش می کند که حضور نظامی خود را بر اساس توافق آدانا جلوه دهد؛ توافقی که میان دو کشور ترکیه و سوریه امضا شده بود و رئیس جمهور ترکیه اخیرا به طور عمد بر سر به جریان انداختن مجدد این توافق تاکید دارد، این در حالی است که اردوغان نمی‌خواهد دولت سوریه را به رسمیت بشناسد و این مساله علامت سوال‌های زیادی را در رابطه با آن مطرح می کند.

---

**پرویز مشرف، رئیس جمهور سابق پاکستان که به اعدام محکوم شد:**

# رئیس جمهور در پاکستان هیچ قدرت اجرایی ندارد

**ژنرال پرویز مشرف در سال ۱۹۹۹ پس از یک کودتای نظامی در پاکستان بر سر کار آمد و در سوم نوامبر ۲۰۰۷ قانون اساسی پاکستان را تعلیق و در کشور وضعیت اضطراری اعلام کرد. رئیس سابق ارتش پاکستان متهم شده است که با اعلام شرایط اضطراری در سال ۲۰۰۷ قانون اساسی کشور را نادیده گرفته و بر طبق قانون این اقدام مشرف "خیانت بزرگ و تخلف از قانون اساسی" تلقی می‌شود و مستحق حکم اعدام است امّا ژنرال ۷۶ ساله این ادعاها را در مصاحبه با یورونیوز با انگیزه سیاسی دانسته و آنها را رد کرده است و ...**

*** دریاسالار "مایک مولن" مشکلات امروز پاکستان را به آنچه که در دوران حکومت شما اتفاق افتاد ربط می‌دهد و می گوید که برای سالها پاکستان و بخصوص "آی‌اس آی"، اطلاعات پاکستان، دوجانبه بازی می کرده است.**

او نمی‌تواند این را در مورد من گفته باشد، این بدون شک اشتباه است. فکر می کنم این را درمورد وضعیت فعلی گفته است، این که گروه‌حقانی شاخه‌ای از "آی‌اس آی" است، یک چنین چیزی. او اصلاً چیزی درمورد من نگفته است، لطفا نقل قول اشتباه نکنید، او مرا در این جریان دخیل نکرده است.

بهرحال، این موضوع متفاوتی است و فکر می‌کنم که این اظهارنظرها خیلی غیرمنصفانه و غیرمسئولانه است. ۳۵ هزار نفر از مردم پاکستان کشته شده‌اند، ۳ هزار سرباز پاکستانی کشته شده‌اند، بیش از ۳۰۰ مأمور عملیاتی آی‌اس آی و مقامهای پایین‌تر از ژنرال کشته شده‌اند، و کودکان کشته شده‌اند. چه کسی آنها را کشته است؟ کار، کار کیست؟ القاعده و طالبان.

فکر نمی کنید که اینجا هیچ رابطه منطقی وجود ندارد؟ فکر نمی‌کنید که دارید یک جایی اشتباه می‌کنید؟ این که دارید اشتباهی پاکستان را متهم می‌کنید و آن را مقصر می‌دانید. از یک طرف طالبان با آنها می‌جنگد و آنها را می‌کشد، و از طرف دیگر پاکستان به اندازه کافی اقدامی علیه آنها نمی‌کند. پس اینجا یک مشکلی هست، مگر نه. اینجاست که باید بفهمیم مشکل چیست. من می دانم مشکل چیست.

*** پس پیام شما به افرادی مثل مایک مولن و دیگران چیست که معتقدند همین الان و امروز اطلاعات پاکستان رابطه بسیار نزدیکی با گروههایی مثل حقانی و شبکه های آن دارد؟**

این قطعا اشتباه است، این را باور ندارم، اصلا این طور نیست. در هر حال اگر هم چنین باشد که

در حال حاضر، به نظر می‌رسد که آنکارا می‌خواهد به بهره گیری از اختلافات منطقه‌ای و بین‌المللی به ویژه میان دو طرف روسی و آمریکایی به منظور بهبود شرط‌های مذاکره خود از طریق درخواست کمک از واشنگتن در رویارویی‌ها در ادلب ادامه دهد، اما وی از اشاره به نقش مسکو در عملیات نظامی ارتش سوریه خودداری می کند و به دنبال آن است که فقط به تلفاتی که نیروهای ترکیه‌ای از سوی دمشق متحمل شده‌اند، پاسخ دهد. در همین راستا، می‌توان مشاهده کرد که رییس جمهوری ترکیه با گفتن این که می‌تواند به ایالات متحده باز گردد، به سیاست باج خواهی جدیدی روی آورده است.

این مسأله توجه‌ها را جلب می کند که اردوغان با اعلام اینکه کشورش مانع از ورود آوارگان سوری به سمت کشورهای قاره اروپا نخواهد شد، دامنه سیاست "باج خواهی" به سمت اتحادیه اروپا را گسترش داده است. صرف نظر از معادله بین المللی که می‌تواند تحمیل شود و در آن واشنگتن ممکن است نقش محوری ایفا کند، نمی‌توان اختلافات ترکیه و اروپا در مورد اکتشاف و استخراج گاز از دریای مدیترانه و اختلافات با طرف‌های مهم دیگر در سطح منطقه‌ای به ویژه عربستان، امارات



و مصر را نادیده گرفت، در نتیجه احتمال دارد تنها راه خروجی پیش روی اردوغان بازگشت به سمت پوتین باشد تا وی طناب نجات اردوغان از این باتلاق را فراهم کند.

سخن گفتن در خصوص این موضوع تایید این نکته را می‌طلبد که اردوغان گزینه‌های زیادی در صورت عدم کمک آمریکا در اختیار ندارد با توجه به اینکه وی با بحران ریزش موج عظیمی از آوارگان سوری از ادلب به سمت کشورش در صورت انتخاب گزینه رویارویی باز یا ادامه عملیات نظامی سوریه روبه رو است، در نتیجه آنکارا قادر به ادامه طولانی مدت سیاست باج خواهی نخواهد بود.

### روسیه و حق پاسخ سوریه

این در حالی است که نماینده دائم روسیه در سازمان ملل در نشست فوق العاده شورای امنیت درباره ادلب، حق پاسخگویی سوریه به نقض آتش‌بس در ادلب را مشروع دانست و گفت: نقض آتش‌بس در داخل ادلب صورت می گیرد، بنابراین ارتش سوریه این حق را دارد که به آن پاسخ دهد. از سوی دیگر، نماینده دائم ایالات متحده آمریکا در سازمان ملل بر ایستادی واشنگتن در کنار ترکیه تاکید کرد و گفت: ترکیه حق دارد به حملات علیه مواضع خود در ادلب پاسخ دهد.

نماینده آمریکا در سازمان ملل اعلام کرد: آنچه اکنون در ادلب شاهد آن هستیم، این است که به یکی از همپیمانان ما در ناتو حمله شده است. وی خواستار برقراری آتش بس پایدار و فوری در شمال سوریه شد و افزود: حمله ارتش سوریه به ادلب باید آخرین میخی باشد که به تابوت نشست آستانه کوبیده می‌شود. نماینده فرانسه نیز خواستار برقراری آتش بس فوری در ادلب شد و گفت: تشدید درگیری‌ها به نفع هیچ کس نیست و منجر به تشدید اوضاع انسانی می‌شود.

اما دمشق نظری مخالف این رویکرد دارد و "بشار الجعفری" نماینده دائم سوریه در سازمان ملل گفت: ادلب جزو خاک سوریه است، لذا مبارزه نیروهای سوری با تروریسم بر اساس قطعنامه‌های سازمان ملل ادامه دارد.

"آی‌اس‌آی" در گروه حقانی رخنه کرده است یک امر طبیعی است، مطمئنا همه گروههای اطلاعاتی باید در همه سازمانهای دیگر مأمور داشته باشند، این چیزی است که من حدس می‌زنم. دوم این که من واقعاً نمی‌دانم که حکومت و یا ارتش در حال حاضر دارند چه کار می‌کنند. با وجود این، این که حالا گروههای ائتلاف قصد دارند که از افغانستان خارج شوند، باعث ایجاد وضعیت کنونی در پاکستان شده است. آنها باید به تجزیه و تحلیل آنچه که از خود برجای می‌گذارند بپردازند، چون اولین قربانی خروج نیروها پاکستان خواهد بود. هر رهبری در پاکستان باید به این فکر کند که در آن موقع چه راههایی برای انتخاب خواهد داشت. آیا بریتانیا و سازمان ملل می‌آیند در مورد وضعیت آن موقع به پاکستان اطمینان بدهند؟ آیا آنها بعد از ۲۰۱۴ به پاکستان کمک خواهند کرد؟ یا این که ما خودمان باید از خودمان دفاع کنیم. اینها سوالهای واقعی هستند که حدس می‌زنم حکومت یا ارتش یا "آی‌اس‌آی" در حال حاضر مد نظر داشته باشند. کینه‌ای به آنها نداشته باشید.

**⁎ نظر شما درباره این سخنان عمران خان چیست "این مافیا بوده است که سیاستهای قدیم پاکستان را رهبری می‌کرده است، به یک مفهوم اگر کسی در گذشته در پاکستان در قدرت بوده است یک مجرم بوده است". با این صحبت موافقید؟**

تا اندازه‌ای بله.



**⁎ هدف بعضی از صحبت های او شما هستید.**

نه، فکر نمی کنم هدف او من باشم، چون من هیچوقت یک سیاستمدار نبوده‌ام.

**⁎ امّا شما رئیس جمهور پاکستان بودید.**

در زمان من شاخص‌های اجتماعی و اقتصادی که مهمترین موضوع در حاکمیت پاکستان است مثبت بود. ما داریم درمورد همه موضوع های حاشیه‌ای صحبت می کنیم، ولی نه موضوع اصلی. معنی حکومتداری در یک کشور چیست؟ مردم و حکومت. هر شاخصی را که می خواهید با من در مورد آن صحبت کنید، فقر، شغل، تحصیل، بهداشت، مدیریت آب، کشاورزی، ارتباطات، تکنولوژی کامپیوتری، صنعت، اقتصاد. درمورد این موضوعات با من صحبت کنید، موضوعاتی که ما در آن موفق بوده‌ایم. اگر صحبت از هر کسی دیگر می‌کنید، عمران خان، او چیزی از حکومتداری نمی داند و در مورد این موضوعها بحث و ارزیابی نمی کند.

**⁎ آیا آماده هستید که به کشورتان بر گردید و در دادگاه با اتهامات فساد محاکمه بشوید؟**

بله. می خواهم در دادگاه حاضر شوم، ولی می‌دانم که این یک پرونده سیاسی است. اگر نظام پاکستان را بشناسید می‌دانید که رئیس جمهوری پاکستان هیچ مسئولیتی در قبال امور امنیتی ندارد. این نخست وزیر است که...

**⁎ رئیس جمهوری پاکستان هیچ مسئولیتی درقبال امور امنیتی ندارد؟**

مطلقا نه. رئیس جمهوری در پاکستان هیچ قدرت اجرایی ندارد، این نخست وزیر است.

**⁎ پس همه این سالها که به نظر می رسید که شما رابطه با آمریکا و جنگ با جنگجویان اسلامگرا را رهبری می کردید، ابداً هیچ اختیاراتی نداشتید؟**

در سه سال اول، چرا عملاً اختیارات داشتم. دادستان کل کشور به من سه سال وقت داد تا انتخابات را برگزار کنم و من آن موقع نخست وزیر بودم، یعنی رئیس قوه مجریه، و همین طور رئیس جمهوری و رئیس ستاد ارتش و رئیس کل کشور. از سال ۲۰۰۲ وضعیت تغییر کرد. این مجمع ملی و نخست وزیر بودند که عمل می‌کردند، من رئیس جمهوری بودم. با همه تجربه و افکارم اگر حکومت به همکاری و نظر من نیاز داشت من این کار را می‌کردم.

**⁎ خوب، باید بحث را اینجا تمام کنیم. خیلی متشکرم، پرویز مشرف.**

اندیشمندانی همواره نا آشنایی مانند که راه سخن گفتن را نمی دانند

● ابن سینا

# از هر دری سخنی

## حمله کرونا به میلیاردرهای چینی



۲۸۱۶ نفر در جهان ثروتی معادل یک میلیارد دلار یا بالاتر از آن دارند که ۷۷۰ نفر چینی هم در بین آنها هستند و پس از آمریکا، بیشترین میلیاردرها را تشکیل می‌دهند. تنها در سال گذشته میلادی ۱۸۲ میلیاردر جدید به ثروتمندان قبلی چین اضافه شد اما با وقوع بحران کرونا که بیش از هر کشوری چین و اقتصاد چین را تحت تأثیر قرار داد، ارزش سهام بسیاری از شرکتهای چینی سقوطهای قابل توجهی را شاهد بوده‌اند که بدون تردید میلیاردها دلار خسارت بر جای خواهد گذاشت.

## وقتی شانس در خانه آدم را می‌زند

هفته گذشته تابناک گزارشی منتشر کرد از شانس و اقبال بلندی که نصیب یک انگلیسی شده بود. این مرد خوش‌شانس به معنای واقعی کلمه ره صد ساله را یک شبه طی کرد. گلدانی را که او به قیمت یک پوند از یک فروشگاه عتیقه فروشی در هرتفورد شایر خریده بود، در یک حراجی نیم میلیون پوند مشتری پیدا کرد و... نقوش برجسته متمایز و زیبای روی گلدان که نقش



زمینه زرد کمرنگ داشت توجه او را جلب کرد و آن را خرید. بعد آن را در فضای مجازی به فروش گذاشت. وقتی با پیشنهاد خریدهای عجیب و غریب با رقمهای درشت روبرو شد به تردید افتاد و به سراغ یک متخصص تاریخ ظروف باستانی چینی‌ها در اسکس انگلستان رفت و متوجه ارزش تاریخی این گلدان شد و آن را در یکی از حراجی‌های علنی لندن با قیمت پایه هشتاد هزار پوند در معرض فروش گذاشت. اما کار به همین جا ختم نشد و با پیدا شدن سر و کله یک مرد ثروتمند چینی و بالا رفتن مرتب قیمت در کل کل حراج، قیمت به رقم نجومی ۴۸۰ هزار پوند رسید و سرانجام گلدان یک پوندی به قریب نیم میلیون پوند رسید. قدمت این گلدان به سلطنت امپراتور شانگ لانگ امپراتور ششم سلسله شنگ (۱۷۹۶-۱۷۳۶) برمی گردد و این گلدان یکی از اموال کاخ او و حامل امضایش بود.

## کرونا و اقتصاد سینما

در کنار همه خسارتهایی که بیماری کرونا به اقتصاد جهانی و کسب و کارها بویژه در خود کشور چین زد، باید به آسیبی که صنعت سینما دید نیز توجه کرد. فقط کافی است بدانیم در هنگام تعطیلات سال نوی چینی که معمولاً از اوایل بهمن شروع می‌شود و در فاصله یک ماهه (۲۴ ژانویه یا ۲۳ فوریه) امسال تنها چهار میلیون و دویست هزار بلیط سینما فروخته شد. اما فکر می کنید سال قبل این میزان چقدر بود؟ ده برابر این میزان؟ یا صد برابر این مقدار؟

سال گذشته در همین مدت بیش از یک میلیارد و هفتصد میلیون بلیط در سراسر چین فروخته شد. چین دومین بازار بزرگ سینمای جهان پس از آمریکاست که ۷۰ هزار سالن سینمای آن به خاطر کرونا تعطیل شده است. بنا به گزارش مرکز اطلاع‌رسانی سینمای هالیوود دیپورتر که عصر ایران آن را بازنشر کرده است، صنعت سینما تأثیرات قابل توجهی از کرونا پذیرفته و به پیش‌بینی این سایت بالای ۵ میلیارد دلار زیان تحمل کرده است که بیش از ۴۰ درصد آن تنها مرتبط با چین است. نه تنها در چین بلکه در کشورهای دیگر نیز وضعیت چندان خوب نیست. در ایران خودمان هم حال و روز خوشی حاکم نیست و اکثر سینماها تعطیل شده‌اند.

## آزاد راه تهران شمال و عوارض آن

بالاخره بخش نخست آزادراه تهران شمال افتتاح شد و فاصله تهران تا مرزن آباد، چهل کیلومتری کاهش یافت و آنها که مجبور بودند این مسیر را در روزهایی که ترافیک است در چند ساعت و در روزهای خلوت در بیش از یک ساعت طی کنند، حالا نیم ساعته به دوراهی شهرستانک می‌رسند. بحث بر سر عوارضی آن هم حاشیه‌ساز شد و از پنجاه هزار تومان، بالاخره به سی هزار تومان در روزهای تعطیل و پیک ترافیک و به بیست هزار تومان در روزهای عادی رسید که با توجه به هزینه ده هزار میلیارد تومانی پروژه، منطقی است هرچند همین رقم نیز برای سرمایه گذار در زمینه بازگشت سرمایه مزیت نسبی ندارد.



## ترکها و کرونا

ترکیه برای آنکه صنعت گردشگری خود را در خطر نابودی قرار ندهد به شدت درباره اخبار کرونایی حساسیت و دقت و البته خسّت به خرج می‌دهد و جالب اینکه نه تورهای گردشگری خود را لغو کرده و نه برگزاری کنسرت و مسابقات فوتبال و یا سفرهای گردشگرانش را. تنها تورهای مربوط به ایران لغو شده و انگار تنها ایران گرفتار کروناست. آنهم بیشتر بدین خاطر که اخبار مبتلایان به کرونا در ایران روزانه و به طور رسمی اعلام می‌شود اما همین لغو تورهای ایران هم به



اندازه کافی خطرآفرین خواهد بود چرا که تنها در سال ۲۰۱۹ یک میلیون و ۹۶۰ هزار گردشگر ایرانی به ترکیه سفر کردند. یکی از مهمترین منابع درآمدی ترکها گردشگری است. سال قبل ۵ میلیون و ۱۸۰ هزار روسی، ۴ میلیون و دویست هزار آلمانی، ۲ میلیون و ۶۲۰ هزار بلغاری، دو میلیون و ۱۵۰ هزار انگلیسی و یک میلیون و ۱۸۰ هزار گرجی از این کشور دیدن کردند.

## شعبه بانک بود یا خانه؟

هفته گذشته باشگاه خبرنگاران جوان به نقل از رئیس پایگاه ششم پلیس آگاهی خبر داد که از منزلی در حوالی میدان شهدا، ۶۰۰ میلیون تومان پول نقد به سرقت رفته است... مالباخته به مأمورین کلانتری گفت: حدود ساعت ۱/۵ بعدازظهر زنگ در خانه را زدند و گفتند نذری آورده‌ایم. وقتی دم در رفتم ۳ نفر به زور وارد خانه‌ام شدند و با چاقو تهدیدم کردند و بعد از سرقت ۶۰۰ میلیون تومان چک و پول نقد قصد فرار داشتند که یکی از آنها با همکاری همسایه‌ها دستگیر شد و در اعترافات گفت که نقشه سرقت را برادرزاده شاکی به نام سامان ۲۶ ساله کشیده و از ما خواسته تا آن را عملی کنیم. مأمورین هم بعد از کشف ماجرا متهم را که در مخفیگاهش به سر می‌برد دستگیر کردند. نکته جالب اما وجود این همه چک و پول نقد در منزل شاکی است. راستی مگر بانکها ورشکست شده‌اند یا کم شعبه دارند که لازم باشد این همه پول در خانه نگه داریم؟

## راستی که ما چقدر بدبختیم!

بارها درباره قرارداد سرمربی سابق تیم ملی و قرارداد بدتر از ترکمان چای فدراسیون تاج

با این مربی بلژیکی گفتیم و نوشتیم و در کمال پررویی و گردن کلفتی مقامات فدراسیون آن را تکذیب کردند تا اینکه عواقب همین بلاهت کار را به آنجا رساند که مهدی تاج بیماری را بهانه کرد و خانه نشین شد تا از زیر بار مسئولیت چنین بلاهت خسارت باری خلاصی یابد. اما حال شکوری سرپرست موقت دبیر کلی فدراسیون فوتبال در برنامه ورزش و مردم اعتراف کرد که قرارداد ویلموتس ۳ ساله و به مبلغ ۷ میلیون یورو بوده یعنی تا پایان جام جهانی و جام ملتها... و او برای دریافت کل مبلغ طرح دعوا کرده تا حالا هم حدود دو میلیون یورو گرفته بد نیست بدانیم که این بلژیکی رند در مجموع فقط یک ماه در ایران حضور داشته! راستی که ما چقدر بدبختیم با این مسئولان شاهکارمان!

## اقدامات شما خیلی خوب بود



**ریچارد برنان**، رئیس هیأت اعزامی سازمان بهداشت جهانی در کنفرانس خبری تهران گفت: تنوع کشورها در منطقه بسیار زیاد است و ایران یکی از قوی‌ترین سیستمهای بهداشتی را در منطقه شرق مدیترانه دارد و واکنشی که نسبت به شیوع کرونا داشته بسیار خوب و امیدبخش بوده است. البته منصفانه نیست که وضعیت ایران را با کشورهایی که هیچ مشکلی ندارند و امکانات پیشرفته دارند مقایسه کنیم اما با توجه به جمیع جهات گمان می کنیم ایران نمونه خوبی برای استفاده دیگر کشورها برای تجربه اندوزی در صورت مقابله با این بیماری است. رفتار و عملکرد شما به گونه‌ای بوده که دیگر کشورها هم می‌توانند از تجربه شما استفاده کنند. برخی اقدامات و روندهایی که در ایران صورت گرفته می‌تواند مورد استفاده کشورهای همجوار قرار گیرد. سازمان جهانی بهداشت در حال حاضر هیأت‌هایی را به همه کشورها اعزام می کند. مثل همین هیأت که به ایران آمده و من سرپرستی آن را بر عهده دارم. حال امیدوارم که از ایران هم نمایندگانی به کمک سازمان بیایند تا یک شبکه فنی گسترده‌تری تشکیل دهیم که از دانش و تجربه ایران هم استفاده شود.بدون تصادف باید بگویم اقدامات ایران بسیار خوب بوده است.

## ذلّه شدیم از این همه فیلم تکراری!

این روزها بسیاری از مردم مجبورند در خانه بمانند و سفر و گردش و تفریح و گشت و گذار هم ممنوع است. سینما و تئاتر هم همین طور. آنها که ماهواره ندارند و حوصله صبح تا شب کتاب خواندن را هم ندارند، مجبورند بنشینند پای تلویزیون و حداقل انتظارشان هم از تلویزیون این است که به جای اینکه صبح تا شب از کرونا حرف بزنند لحظات مفرحی را هم برایشان تدارک ببینند اما انگار خود تلویزیون هم کرونای تکرار گرفته است. چون هر کانالی را که انتخاب می کنیم تا فیلمی ببینیم صدایمان درمی آید که: ای بابا، مرده شویتان ببرد، چند دفعه این فیلم را پخش می کنید؟ ذلّه شدیم از بس فیلمها و سریالهای ده دفعه تکراری دیدیم! حداقل یک شبکه بگذارید برای پخش فیلمهای هندی یا ترکیه‌ای حتی با زبان اصلی -اصلاً همان کانالهای خودشان را بگذارید ببینیم تا کمی دلمان وا شود!

## ورزشکاران المپیکی ایران

تا بحال حضور ۴۸ ورزشکار ایران در رقابتهای المپیک توکیو قطعی شده است که ۲۴ ورزشکار از این تعداد بازیکنان تیمهای بسکتبال و والیبال ایران هستند که سهمیه المپیک گرفته‌اند.

در **دومیدانی** حسن **تفتیان** در دوی صد متر سرعت و احسان حدادی در **پرتاب دیسک**، در **تیراندازی**، نجمه خدمتی، آرمینا صادقیان و هانیه رستمیان در ده‌متر تفنگ بادی بانوان همین طور فاطمه کرم زاده و مهیار صداقت در ۵۰ متر تفنگ و جواد فروغی در ده متر تپانچه بادی، نمایند گان تیراندازی ما در المپیک خواهند بود.

رضا اطهری(۵۷) حسن یزدانی(۸۶-) یدالله محبی(۱۲۵-) نمایندگان **کشتی آزاد** و علیرضا نجاتی (منهای ۶۰) محمدعلی گرایی(منهای ۷۷) و امیر قاسمی منجری(منهای ۱۳۰) نمایندگان **کشتی فرنگی** ما در المپیک هستند. بهمن عسگری و حمیده عباسعلی نمایندگان ما در **کاراته** و آرمین هادی پور و میرهاشم حسینی نیز نمایندگان ما در **تکواندو** و المپیک خواهند بود.

مجتبی عابدینی، علی پاکدامن، محمد رهبری و محمد فتوحی هم در رقابتهای **شمشیربازی** حضور خواهند داشت. و میلاد وزیری هم نماینده ما در **تیرو کمان** المپیک است. ۴۳ نفر از نمایندگان ایران در المپیک را مردان و ۵ نفر را نیز بانوان تشکیل می‌دهند. البته با توجه به ادامه رقابتهای انتخابی المپیک به ویژه در رشته‌هایی مانند بوکس و کاراته احتمال افزایش سهمیه ایران بعید نیست.



## (۶۲) حقوق شهروندی

محمدجعفرجوادی



از موارد دیگری که دولت موظف به انجام آن شده مبارزه با مظاهر تباهی است. تباهی در لغتنامه دهخدا به "نابودی ـ فساد و خرابی" و در فرهنگ فارسی عمید به "بدی، فتنه، ویرانی، انهدام، آشفتگی و پریشانی و نابسامانی" و در واژه‌نامه آزاد به "نیستی، پوچی و تلف شدن" معنی شده است. یعنی همه آنچه که درباره مظاهر فساد تاکنون گفته شد به اضافه مطالبات دیگر، هر آنچه‌ای را که شما در جامعه از بدی و فتنه، آشفتگی و پریشانی، نابسامانی و پوچی بیابید و سراغ داشته باشید، از مظاهر تباهی است، از ناامیدی در جامعه، بروز مفسده شراب خواری و یا قمار، قتل و خود کشی و یا اعتیاد و امثال آن از مظاهر برجسته تباهی است که بر اساس بند اول اصل سوم قانون اساسی دولت موظف به برخورد و مبارزه جدی با آنهاست، آنچه مسلم است این مفاسد هم حقوق شهروند گرفتار به آن را ضایع می کند و هم حقوق شهروندی دیگران را مورد مخاطره قرار می‌دهد، دولت برای ساماندهی و اصلاح آنها و مبارزه با این مظاهر فساد دستگاههای متعددی از وزارت جوانان گرفته تا وزارت تعاون کار و رفاه اجتماعی و زیرشاخه‌های آن و از ستاد مبارزه با مواد مخدر تا ستاد مبارزه با قاچاق کالا و ارز و از معاونت رئیس جمهور در امور زنان و خانواده تا معاونت علمی و فن آوری ریاست جمهوری تا دهها موسسه، نهاد و سازمانی که موظف به بررسی و ارزیابی معضلات جوانان، خانواده و جامعه هستند در اختیار دارد تا مظاهر تباهی جامعه را شناسایی و با بروز و ظهور و یا ریشه دوانی آن مبارزه کنند. اینها از اعداد حقوق شهروندی است که بر ذمه دولت است تا نسبت به احقاق آنها اقدام نماید. حقوق شهروندی فقط در قالب شعار و تعریف کردن حقوق شهروندی و تنظیم منشور نیست بلکه برای احقاق حقوق شهروندی لازم است اقداماتی اساسی و گامهایی حیاتی برداشت.

از دیگر موارد حقوق شهروندی در بندهای دیگر اصل سوم قانون اساسی کشور است که برای پرهیز از اطاله کلام تلاش می‌شود به طور خیلی خلاصه به آنها اشاره کرد.

بند دوم این اصل اشاره دارد به "بالا بردن سطح آگاهی‌های عمومی در همه زمینه‌ها با استفاده صحیح از مطبوعات و رسانه‌های گروهی و وسایل دیگر."

ادامه دارد

سخت بتوان از غوغای مردمان بر آشفته، ندای حقیقت را باز شناخت •نیلز

گزارش خارجی

مترجم: نیلوفر یوسفی

# عجیبترین مکانهای گردشگری جهان

**دنیایی که ما در آن زندگی می کنیم جای بسیار زیبایی است. هر مکانی در این دنیا ویژگی های منحصر به فرد خودش را دارد که در ذهن انسان ممکن است عجیب و یا حتی وهم بر انگیز باشد. وقتی زبان در توضیح و تفسیر مکانی قاصر است، تصاویر به کمک انسان می آید. این گزارش هم با تصاویر زیبا و دلنشین و معرفی زیبا ترین و عجیب‌ترین مکان های دنیا، آفرینش خداوند را به رخ شما خواهد کشید. مکان‌هایی در دنیا وجود دارد که حتی با دیدن تصاویر آنها هم انسان شوکه خواهد شد و در این گزارش تعدادی از مکانهای عجیب دنیا بر اساس نظر گردشگران برای شما انتخاب شده است و در آینده به سایر موارد خواهیم پرداخت.**



## دو آسمان روی هم

**مکان: سالار دی یونی در بولیوی:**

بزرگترین صحرای نمکی دنیا و یکی از عجیب ترین مکان های دنیاست. در فصل تابستان وقتی لایه ای نازک از آب روی این صحرا را فرا می گیرد، این مکان به بزرگترین آیینه دنیا تبدیل می‌شود و بیننده تصور می کند دو آسمان روی هم وجود دارد. در برخی فصول فلامینگو های صورتی نیز به این مکان مهاجرت و آنجا را به یکی از زیباترین مکان های دنیا تبدیل می کنند.

## دریاچه جادویی!

**مکان: دریاچه ناترون در تانزانیا**

در شمال تانزانیا دریاچه مخوف و ترسناکی وجود دارد که حیوانات مختلف از جمله پرنده‌ها را به سنگ تبدیل می کند. بومیان این دریاچه را نفرین شده و اسرار آمیز می‌دانند و به هیچ وجه حاضر نیستند در آن شنا کنند. در ساحل این دریاچه با پرندگان بیشماری مواجه می‌شوید که به سنگ تبدیل شده و در وضعیت های مختلف خشک شده‌اند! تصویر جسد پرندگان که کاملا خشک و فسیلی شده اند، جنبه بسیار ترسناکی به این دریاچه می‌دهد. اتفاق عجیبی که در دریاچه نمک ناترون می‌افتد، سقوط پرندگان مهاجر به داخل آب است! نظریه های مختلفی در مورد این اتفاق وجود دارد که می گوید غلظت بالای مواد شیمیایی باعث می‌شوند سطح آب به شدت صیقلی شود و مثل یک در شیشه ای عمل کند و در این لحظه پرندگانی که بالای سطح آب پرواز می کنند تصور می کنند همچنان در حال پرواز در آسمان هستند و متوجه نمی‌شوند که دارند به سطح آب خیلی نزدیک می‌شوند. در نتیجه ناگهان داخل آب سقوط می کنند! البته این موضوع به پرندگان محدود نمی‌شود و چند وقت پیش یک هلیکوپتر هم دچار این توهم و سراب شد و داخل آب سقوط کرد. جالب است بدانید که لاشه هلیکوپتر به سرعت در آب شور و معدنی دریاچه پوسید!

## درمانگر

**مکان: دریاچه خالدار خلوک در بریتیش کلمبیا**

این دریاچه پر مواد معدنی ترین دریاچه دنیاست و بی شک در لیست عجیب‌ترین اماکن دنیا قرار گرفته است. دریاچه برخلاف دریاچه‌های دیگر که یک تکه هستند، از ۳۶۵ استخر جداگانه تشکیل شده است که یادآور ۳۶۵ روز سال است. این استخرها با سنگ های شبیه موزائیک تشکیل شده که به شکل عجیبی هر کدام از آنها، با اینکه کنار هم قرار دارند، مواد شیمیایی غلیظ و منحصر به فرد خود را دارند که گفته می‌شود بیماری های مختلف را درمان می کنند. یعنی به شکل عجیبی مواد یک استخر با استخر کناری‌اش تفاوت دارد.

## محبوبترین مکان

**مکان: مجسمه غرق شده آبیس در ایتالیا**

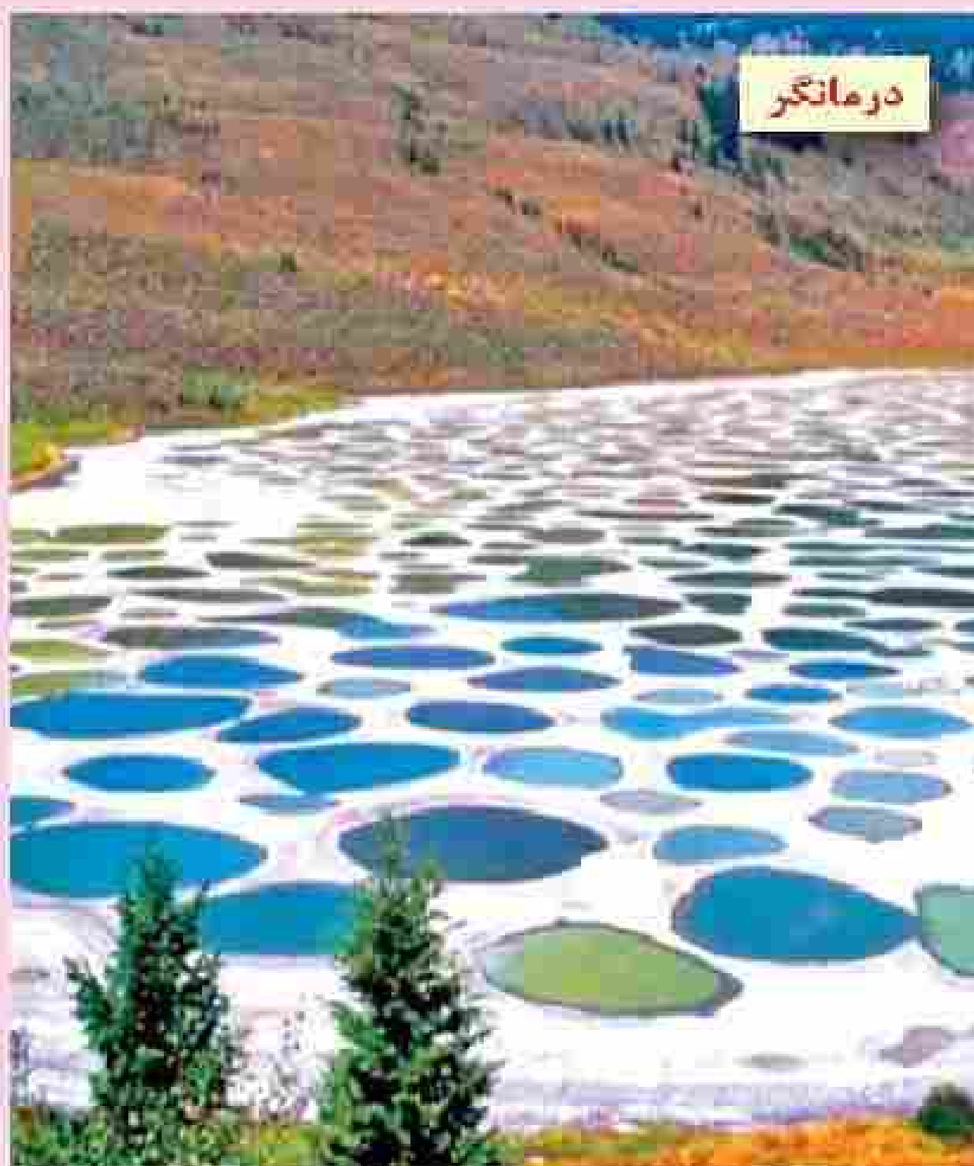
آبیس، مجسمه برنزی غرق شده از عیسی مسیح(ع) است که در سال ۱۹۵۴ این مجسمه هفده متر زیر آب رفت! این مجسمه خود حدود دو ونیم متر ارتفاع دارد و قالب‌های دیگر این مجسمه در سرتاسر جهان در مکان‌هایی همچون موزه‌ها و کلیساها نگهداری می‌شود. در سال ۱۹۶۱، یک کپی از این مسجمه با همین اندازه در گرانادا ساخته و در عمق ۸ متری از آب و نزدیک فلوریدا در آمریکا قرار گرفت. درحال حاضر هم به علت وجود آبزیان مختلف و جالب و محیط زندگی دریایی که اطراف این مجسمه برای آنها به وجود آمده، این مکان به یکی از محبوب ترین مقاصد گردشگری دنیا تبدیل شده است.البته دیدن مجسمه ای پر از خزه با آن همه آبزی مختلف تجربه ای وهم انگیز هم به بیننده می‌دهد.

## زلال مثل سیلفرا!

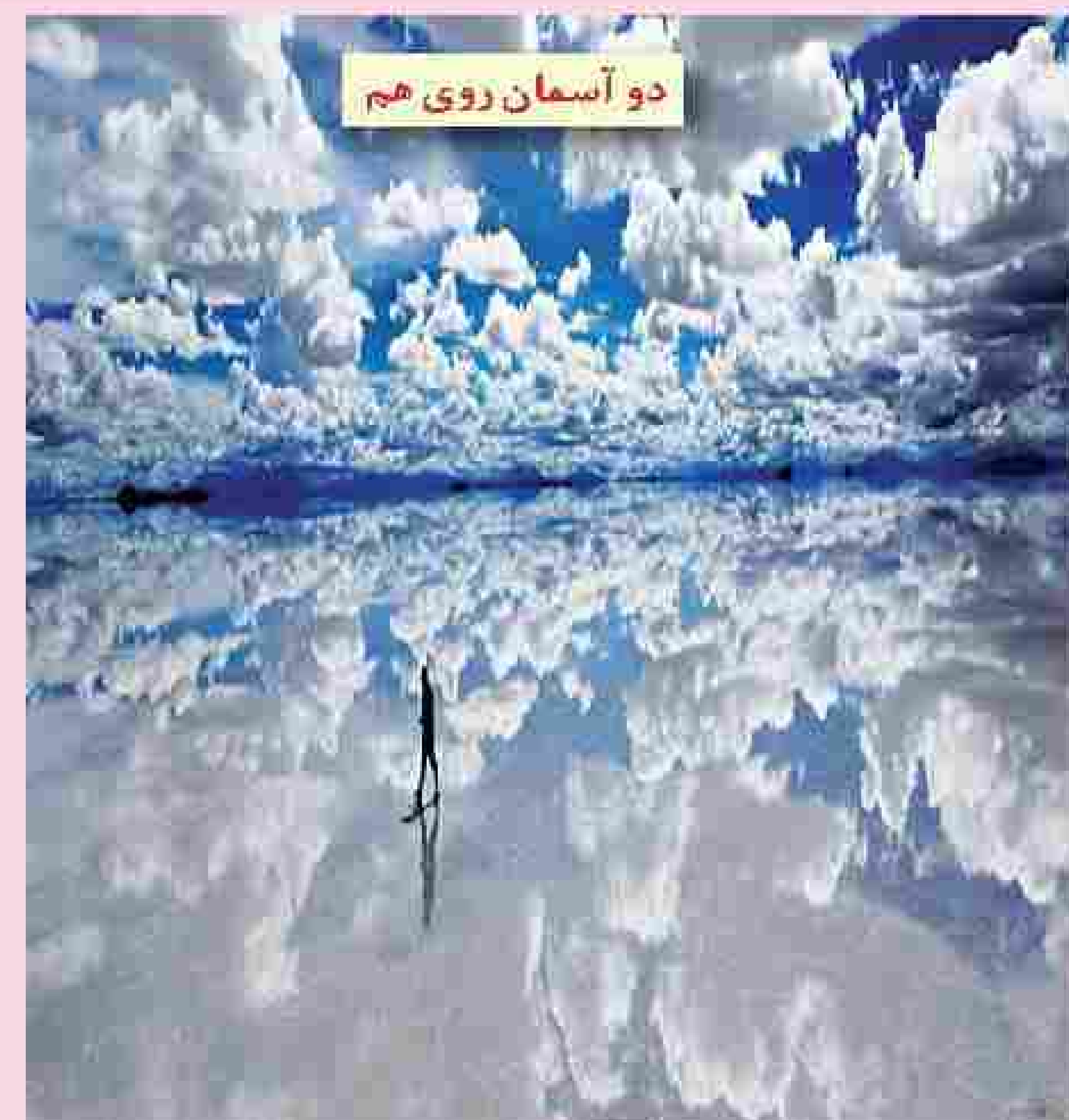
**مکان: شکاف سنگی سیلفرا ایسلند:**

یکی دیگر از مکان های جذاب زیر آب، سیلفرا نام دارد. به نحوی که جدا شدن صفحه


محبوبترین مکان


درمانگر


دریاچه جادویی!


دو آسمان روی هم

های مختلف زمین و تشکیل قاره‌ها را می‌توان به خوبی در پارک ملی جنوب غربی ایسلند مشاهده کرد. در این پارک ملی می‌توانید در شکاف میان پوسته‌های زمین، قاره آمریکا و اروآسیا قدم بزنید یا درون شکاف قاره‌ها در محل کم عمق و سنگلاخ سیلفرا در رودخانه پینگولیر شیرجه بزنید.

البته حدود یک قرن طول کشیده تا یخچاله‌ها ذوب شوند و آب های موجود را پدید بیاورند. آب این منطقه به قدری زلال است که کف آن با عمق ۳۰۵ متری به خوبی دیده می‌شود.

تجربه بازدید از این مکان در لیست ۵۷ مکان وهم انگیز دنیا قرار دارد.

## رنگین کمان مایع

**مکان: کریستال های کانو در کلمبیا:**

نه تنها این رودخانه دیدنی و شگفت‌آور باعث جلب توجه گردشگران به منطقه شده است، بلکه تعداد زیادی از گردشگران به خاطر حیات وحش متنوع و بی‌نظیر این منطقه، به این پارک سر می‌زنند. این پارک میزبان بیش از ۴۰۰ گونه مختلف پرنده است. قبلاً این منطقه تحت کنترل شورشیان بود اما حال این منطقه و نواحی اطراف آن توسط ارتش کنترل می‌شود و برای گردشگران، امن است. این رودخانه را با نام رنگین کمان مایع هم می‌شناسند چون ترکیبی از رنگهای متفاوت و جذاب را می‌توانید در آن نظاره کنید. کانو کریستال یکی از شگفتی‌های طبیعت است. بستر رودخانه رنگ‌های زرد، قرمز، سبز و آبی روشن و بعضی قسمت‌ها رنگ مشکی دارد و چند ماه از سال که شرایط مساعد باشد، این رنگ‌ها در بستر رودخانه مشاهده می‌شود. رنگ‌ها از اواسط شهریور ماه قابل مشاهده هستند؛ ولی در ماه‌های بهمن تا اسفند در روشن‌ترین و زیباترین حالت خود قرار دارند. پس اگر می‌خواهید این شگفتی جذاب و منحصربه‌فرد را ببینید، باید در ماه‌های بارانی و مرطوب سال به این پارک ملی سر بزنید. اما بدانید این پدیده را جای دیگر دنیا نمی‌بینید.

## بهشت عروس دریایی

**مکان: دریاچه عروس دریایی در پالائو:**

دریاچه عروس دریایی در جزایر پالائو از مهیج ترین مکان‌های موجود در جهان برای جانورشناسان شناخته می‌شود. این دریاچه حدود ۱۲ قرن پیش پدید آمده است که در آن حدود دو میلیون عروس دریایی زندگی می کنند. این دریاچه به نام ایل مالک هم شناخته می‌شود که در گذشته به اقیانوس آرام متصل بود، اما اکنون این اتصال قطع شده و به جای مناسبی برای تولید مثل و رشد عروس‌های دریایی تبدیل شده است. در دریاچه عروس دریایی پالائو همه می‌توانند به راحتی شنا کنند چرا که نیش عروس دریایی‌های این دریاچه بر بدن انسان تأثیر نمی گذارد و حس نمی‌شود.

زمانی که این عروس‌های دریایی در این محدوده گرفتار شدند و به صورت یک پارچه در سطح دریاچه پخش و تولید مثل کردند، دیگر نیاز به دفاع از خود نداشتند و برای همین توان نیش زدن خود را از دست دادند. مجمع الجزایر پالائو از ذوب شدن آخرین عصر یخ بندان به وجود آمدند. البته سطح آب دریا ابتدا در زمین‌های پست و ناهموار این جزایر بسیار پایین بود، ولی با ذوب یخ‌ها این جزایر به وجود آمدند و بین آن‌ها دریاچه‌هایی با آب‌های شور و اکوسیستم مخصوص به خود قرار گرفتند. دریاچه عروس دریایی هم از وقوع همین پدیده به وجود آمد. در حال حاضر هم این موجودات در روز دو بار طول دریاچه را شنا می کنند و گردشگران می‌توانند با آنها بدون کپسول هوا و با لوله تنفسی همراه شوند.

## ماورای سیاهی

**مکان: چاله آبی رنگ عجیب دریایی بلیز:**

یک گودال آبی بسیار بزرگ در ساحل بلیز وجود دارد که تا ۱۲۵ متر در پوسته زمین عمق دارد و یکی از وهم انگیز ترین پدیده های طبیعی دنیاست. البته غواصان مختلف در دسته های گوناگون برای دهه‌ها مشغول گشت زنی در این آبها بوده اند، اما عده ی کمی جرات کردند که تا عمق این گودال پیش بروند و ببینند که ماورای این سیاهی چیست؟ در زمستان سال ۲۰۱۸ اما یک گروه از زیردریایی ها سفر خود به گودال بزرگ آبی را شروع کردند. مأموریت آنها ساخت یک نقشه سه بعدی از داخل این گودال آبی بود اما در بین راه آنها به چیزهای معمول و غیر معمول بسیاری برخورد کردند. به نحوی که با شروع حرکتشان آنها کوسه های مرجانی و لاک پشتها و مرجان های غول آسا را یافتند. اما وقتی ۹۰ متر بیشتر به پیش رفتند زندگی شروع به ناپدید شدن کرد. عامل آن هم یک لایه ضخیم از هیدروژن سولفید سمی بود که کل طول گودال آبی را پوشانده بود و مانند یک پتوی شناور بنظر می‌رسید. در زیر آن گودال هم هیچ اکسیژنی نیست و هیچ زندگی وجود ندارد و در پایین آن ما صدف های حلزونی و خرچنگ های منزوی را می‌توانیم ببینیم که به داخل چاله‌ها افتاده و خفه شده‌اند. پس از مقبره ی صدف های حلزونی هم به سمت کف گودال که حدوداً ۱۲۰ متر عمق داشت چیزی پیدا که هیچ کس انتظارش را نداشت، یعنی گلفشنگ های کوچک!! این سورپرایز به دانشمندان سرنخی درباره ی تاریخچه گودال داد.

چون گلفشنگها تنها در صورتی شکل می گیرند که آب از روی سنگها به پایین بچکد، بنابراین می‌دانیم که گودال بزرگ آبی یک غار بزرگ و خشک بود در طی یک دوره حاصلخیر در زمین دوباره جان گرفته است. بنابراین احتمالاً چیزهای زنده زیادی آنجا بوده‌اند و دانشمندان فکر می کنند که این غار در طی آخرین یخبندان شکل گرفته که حدود ۱۴۰۰۰ سال پیش تمام شد و این زمانی است که سطح دریاها شروع به بالا آمدن کرد و این غار پر از آب شد و در حال حاضر ما یک گودال آبی می‌بینیم.

شکست خوردن، بهتر از کاری صورت ندادن است

● جان گری

# در گرمخانه زنان چه می‌گذرد؟

**شب‌های سرد و بارانی پایتخت ممکن است برای افرادی که سقفی بالای سر خود دارند جذابیت داشته باشند اما زنان بی‌خانمان در این شب‌ها در دام آسیب‌های مختلفی گرفتار می‌شوند... به گرمخانه زنان سر زدیم تا ببینیم در این سقف‌های موقتی چه می‌گذرد؟**

مددسرای زنان در منطقه ۲۲ در شب‌های سرد پائیز و زمستان به یاری زنان بی‌خانمان می‌آید. این مرکز علاوه بر محافظت از سرما، زنان را از مرکز آسیب دور کرده و برای ورود به جامعه آشنا می کند. از محوطه وارد یکی از اتاق هایی می شوید که در کنار آشپزخانه قرار دارد. به این اتاق بزرگ وارد شدیم. پر از زنانی است که این روزها سقفی بالای سر خود ندارند. مسئول مرکز که زنان مجموعه به او اطمینان دارند با صدای بلند گفت: این خانم خبرنگار است. داستان زندگی‌تان را اگر دوست دارید برایش بگویید. اسم شما و عکس‌تان را منتشر نمی کند و می‌توانید راحت هر آنچه کشیدید را بازگو کنید. برخی از این زنان اعتماد نکردند و از تخت های خود بلند نشدند اما چند نفر به سمت ما آمدند و خوش آمد گفتند. منتظرمان بودند. ساعت از ده شب گذشته است. برایمان غذا درست کرده بودند. می‌دانستند می‌خواهیم از دست نامرئی سرنوشت سوال کنیم.

از اینکه اینجا چه می کنند؟ خانواده‌شان کجا هستند؟ می‌خواستیم سوال کنیم اما این زنان به امید آشنایی خیرین با ما گفتگو کردند.

چشم امیدشان به خیابان نبود به آدم هایی بود که شانس بیشتری نسبت به آنان در زندگی داشتند. عدم امنیت را چشیده بودند. به هیچ کس جز مسئول آن مرکز اطمینان نداشتند. **خانم باجلان!** همه نام او را صدا می کردند. خانم باجلان می گفت اگر بخواهم روزی نیایم همه این ها ضربه می خورند. به شدت از نظر عاطفی وابسته می‌شوند ولی سعی می کنیم برای زندگی در بیرون از این درهای آهنین آماده‌شان کنیم. **سوال اصلی این است**؛ بر سر زنان بی خانمان چه آمده بود؟

***

مریم با روی خوش با من دست داد. خوش آمد گفت. سر و وضع خیلی مرتبی داشت و گویا مانند میزبان باید به استقبال من می آمد. خانه داری را بلد بود. مرغ های شام را او آماده کرده بود. مریم گفت؛ می‌خواهم با شما صحبت کنم. به سمت من آمد و گفت هر زمان بگویی شروع می کنم. در کنار در ورودی خوابگاه با لبی خندان منتظر پرسش هایم شد.

## برادرم مرا به گرمخانه آورد

**⌑مریم جان اینجا چه جور فضایی است؟ راحت هستی؟ چه شرایطی دارد؟**

وضعیت اینجا خوب است و یک سال در اینجا ساکن هستم و هزینه ای نمی‌دهم. سه وعده غذا و استراحت بدون هزینه از خدمات اینجاست.

در اینجا اجازه آوردن موبایل نداریم چرا که ممکن است خانم ها از یکدیگر عکس بیندازند. ۴۳سال دارم.

برادرم مرا اینجا آورده است. او برای خودش زندگی دارد. پدرم فوت کرده و همه چیزم را از دست دادم. مترجم زبان انگلیسی هستم و حدود ۱۲ سال هست که کار می کنم.

۷ سال به شیشه معتاد بودم و در حال حاضر ۶ ماه است ترک کرده ام.

**⌑چه زمانی به اعتیاد روی آوردی؟**

همسرم به خاطر اعتیاد فوت کرد. حدود ۱۷ سال پیش ازدواج کردم و همسرم بعد از دو سال به خاطر اوردوز جانش را از دست داد. پس از فوتش فهمیدم او معتاد بود. در آن زمان نمی‌دانستم اعتیاد چیست. ۷ سال پس از فوت همسرم به اعتیاد روی آوردم. مادرم را در بچگی از دست داده بودم. پدرم مرا معتاد کرد و پس از اینکه فوت کرد در کمپ خوابیدم و ترک کردم. پدرم از وقتی بچه بودم تریاک می کشید و بعد به شیشه معتاد شد و یکسره به من می گفت "دود بگیر". در میان اعضای خانواده‌ام تنها من به اعتیاد روی آوردم و هیچ یک از اعضای خانواده‌ام معتاد نیستند. من تنها فردی بودم که از پدرم نگهداری می کردم و به همین دلیل به اعتیاد کشیده شدم.

**⌑ترک اعتیاد آن هم شیشه خیلی سخت است، درسته؟**

ترک اعتیاد سخت نبود چون فقط مصرف شیشه داشتم. ترک شیشه فقط خواب دارد و کسانی که زیاد می کشند تیک‌های عصبی می گیرند. من زیاد مصرف نمی کردم.

**⌑چه توصیه ای به زنانی که در شرایط تو هستند داری؟**

توصیه می کنم سمت مواد نروند چون خیلی وحشتناک است. سلامتی خیلی مهم تر است. کسانی که می بینم به این سمت کشیده می شوند آدم های عاطفی و دلسوزی هستند. این افراد خلایی در زندگی داشتند و به همین دلیل سمت مصرف مواد می روند.

**⌑زنانی هستند که به مواد اعتیاد داشته باشند و در این مجموعه کنار تو رفت و آمد کنند؟**

بله. زنانی هستند که اعتیاد داشته و به این گرمخانه می آیند.

**⌑چگونه است که افراد پاک یا سالم از همنشینی با افراد معتاد به این سمت کشیده نمی شوند؟**

خودمان باید مراقبت کنیم. افراد زیادی هستند که به کمپ می‌روند اما پس از اینکه در فضایی قرار می‌گیرند دوباره شروع می کنند. اما ندیدم افراد سالم در این مرکز به این سمت کشیده شوند.

**⌑تصمیمت برای آینده چیست؟**

می‌خواهم پول هایم را جمع کنم و خانه بخرم.

## با مادرم کنار خیابان می ایستادیم

سودابه ۳۲ سال دارد از شش ماه گذشته تاکنون در گرمخانه ساکن است. سودابه از همسرش جدا شده و چند مدت به دلیل نداشتن خانه و سرپناه در







* در شهری زندگی می‌کردم. اتاقم آتش گرفت و دیگر جایی برای سکونت نداشتم. در این گرمخانه آمدم و اعتیادم را ترک کردم
*پس از فوت پدرم با اجبار مرا به عقد مرد ۶۶ ساله در آوردند و همه ارث مرا بالا کشیدند

خیابان پرسه می‌زد. دندان‌هایش همه ریخته بود. صورتی لاغر داشت و به دیوار تکیه داده بود.

¤ **با من صحبت می کنی؟**

چه بگویم؟

¤ **از خودت و اینکه چطور این گرمخانه را پیدا کردی؟**

یک سال پیش از همسرم جدا شدم و نمی‌دانستم خوابگاهی وجود دارد. قبل از اینکه ازدواج کنم با برادرم زندگی می کردم. پس از فوت پدرم با اجبار مرا به عقد مرد ۶۶ ساله در آوردند و همه ارث مرا بالا کشیدند. من هم در فضای مجازی کاری کردم آن مرد طلاقم بدهد. سه سال است که از مواد پاک هستم. هروئین می کشیدم و شیشه تفریحی می زدم. مادرم اعتیاد داشت. هنگامی که می‌خواستم مواد مصرف کنم مادرم ممانعت می کرد اما به زور از او می گرفتم. پدرم فقط مصرف سیگار داشت. تا زمانی که مادر و پدرم با هم زندگی می کردند مادرم مصرف نمی کرد اما پس از طلاق با ۵ مرد دیگر به مرور زمان صیغه کرد و آن‌ها اعتیاد داشتند. مادرم مرا به اجبار کنار خیابان می‌برد. من و مادرم در خانه‌های مختلف می رفتیم تا پول موادمان را در بیاوریم. سر جاده و خیابان می‌ایستادیم. خیلی اتفاق می‌افتاد که مرا می‌زدند و پول من و مادرم را نمی‌دادند. چند مدت پیش مادرم با ایست قلبی فوت کرد. از سال ۸۸ که مادرم فوت کرد با پدرم زندگی کردم. پس از فوت پدرم، برادرم دو خانه و دو ماشین مان را گرفت و دیگر به من نداد.

¤ **اگر ناراحت می شوی لازم نیست از اجبارهایی که برای رابطه با سایر مردان برایت پیش آمده بگویی.**

"ناراحت می شوم" (اشک‌هایش را پاک کرد) از شرایط گرمخانه راضی هستم. اما با برخی زنان دیگر در این جا نمی‌توانم سازش کنم. خانمی در اینجا و تخت کنار من است و مرا اذیت می کند و با من یکسره دعوا دارد. این مسئله مرا اذیت می کند. تا چند روز پیش سر کار می‌رفتم. عکس‌های همکارانم را در گوشی تلفنم دارم. دلال ترمینال غرب بودم و مسافر برای اتوبوس‌ها پیدا می کردم اما دیگر سر کار نمی‌روم. در ۶ ماه کار ۳ میلیون تومان جمع کردم. یک گوشی خریدم. خیلی دوستش دارم. خیّرین می‌خواهند دندان‌های مرا درست کنند و پس از آن دنبال کار آبرومندی بروم.

## خرید مواد در خیابان‌های تهران از خرید نان راحت‌تر است

فاطمه زن میانسال دیگری است که رو به سودابه گفت: او خیلی وقت است پاک شده و دیگر سیگار هم نمی کشد. خیلی پیشرفت داشته است. اما من سیگار می کشم و با این حال می‌دانم آینده خوبی در انتظار سودابه است... از دور با صدای بلند نزدیک آمد و از خودش گفت:

ام اس دارم و پس از ترک اعتیاد، بیماری‌ام اذیتم می کند. حدود یک سال است که اینجا هستم. خانه داشتم. در شهری زندگی می کردم. اتاقم آتش گرفت و دیگر جایی برای سکونت نداشتم. در این گرمخانه آمدم و اعتیادم را ترک کردم. ۲۰ سال پیش همسرم مرا رها کرد و تنهایم گذاشت و از آن زمان شیشه مصرف می کردم. تنهایی باعث شد تا به سمت مواد مخدر بروم. خانه مجردی داشتم و همه جور آدم رفت و آمد می کردند. به من می گفتند اگر مصرف کنی سرت گرم می شود و حواست را پرت می کند اما خیلی دیگر سرم گرم شد. الان ترک کردم. ترک اعتیاد کاری ندارد. یک دختر دارم. از بچگی‌اش کار می کردم تا بهترین شرایط را داشته باشد. سخت بود. دخترم ۲۲ سال دارد و به آلمان رفته است. گوشی‌ام را دزد برد و یک سال است هیچ خبری از دخترم ندارم. دخترم یک سال پیش گفت هنوز مدارکش درست نشده و نمی تواند به ایران بیاید.

¤ **خرید و فروش مواد مخدر در خیابان های تهران چطور انجام می‌شود؟**

خرید مواد مخدر و شیشه از خرید نان راحت‌تر است. مخصوصا اگر صورتت مشخص باشد فورا جلو می آیند. می آیند کنارت و می گویند شیشه و دوا! در پارک شوش و همه پارک‌ها خرده فروشان حضور دارند. می‌بینند دندان ندارم سریع می آیند و رو می‌اندازد. فاطمه می گوید: قیمت شیشه ارزان است. او قیمت هر گرم شیشه را ۳۰ هزار تومان عنوان می کند و هر گرم برای کسی که مصرف زیاد باشد دو وعده مصرف دارد... فاطمه با من خداحافظی کرد و رفت شام بخورد. قبل از آن گفت قرار است دندان‌هایم را درست کنند. فاطمه هیچ دندانی در دهان نداشت.

## هیچ کس به دادم نرسید

حالا نوبت فائزه بود. او مثل فیلم سینمایی از آنچه بر سرش آمده می گفت. روی تختخوابش نشسته بود و از خودش گفت... دختر بسیار زیبایی بود اما هر چند مدت صورت خود را با کلاه می‌پوشاند. ناخن‌های کاشته شده و ظاهر امروزی فائزه جلب توجه می کرد. او می گفت؛ در خیابان به او تجاوز کرده‌اند و کسی به دادش نرسیده است.

یک هفته است اینجا هستم. خانوادم معتاد بودند و مادر و پدرم از یکدیگر طلاق گرفتند. دنبال کار هستم. شب‌ها اینجا اقامت دارم. قبلا خانه مجردی داشتم و مقداری از پول رهنم مانده و با استفاده از این پول باقیمانده خرج می کنم. او چشمانش را از ما می‌پوشاند. دستانش را مقابل چشمانش می آورد. خنده های هیستیریک می کرد. خجالت می کشید و ادامه داد: اول مردان غریبه صمیمی می‌شوند بعد یکباره آسیب می‌رسانند. ۲۳ سال دارم و از ۱۸ سالگی اتو می‌زدم. خیلی‌ها اصرار می کردند سوار شوم و خیابان را می‌بستند. سوار می‌شدم تا دست از سرم بردارند. در جمعیت داد و بیداد می کردند که سوار شوم.

فائزه از تجربه‌های اولیه خودش می گوید. پس از آنکه خانواده‌اش رهایش کردند. "در ملاعام نزدیکی میدان صنعت به من تجاوز کردند و فقط مردم به من نگاه می کردند... کلاه کاپشنش را روی صورتش کشید و ادامه داد: در خیابان اذیت می شدم اما به مرور عادت کردم. برای کسب درآمد پیش افرادی می‌رفتم که مرا به مردان بدهند. در ازای آن غذا و پول می‌دادند و...

**خبرگزاری برنا**

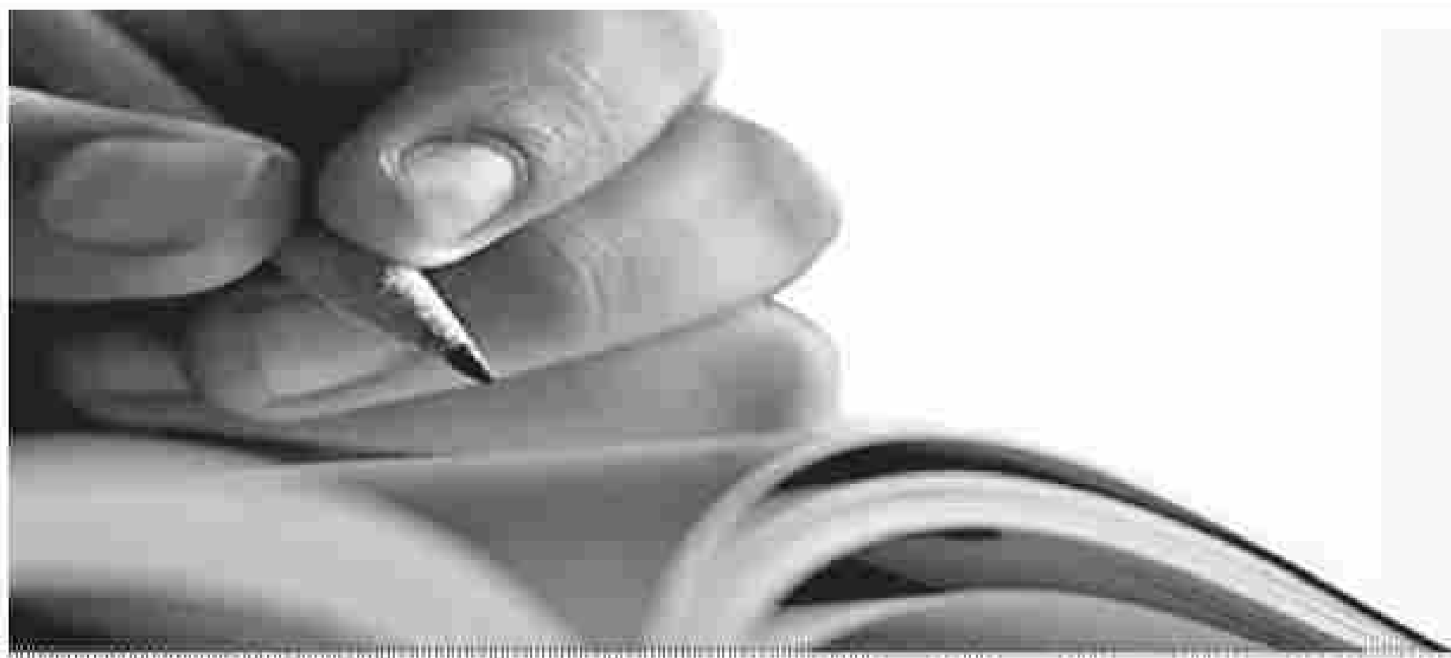






تجربه دردی است گرانبها که ارزشش از عمر بیشتر است ● نیسرون

از: مصطفی گلپاری



# کشف داریم، شهود نداریم

**سخن بزرگان واقعی**: اوضاعی که من می‌بینم مجازات خوردن یک سیب نیست. این وضع حاصل غارت یک باغ بوده... حسن پناهی

**سخن مردم**: کرونا هم یه روز میره. تو میمونی و وجدان نداشته‌ت واسه زنجبیلی که کیلویی ۱۲۰ تومن فروختی. واسه ماسکی که احتکار کردی. واسه لیموترشی که کیلویی پنجاه تومن فروختی. واسه شوینده‌ای که قایم کردی. واسه دروغایی که به ملت گفتی. کرونا رفتنیه و دوباره چشم ما تو چشم هم میفته.

**مجری شبکه قم خطاب به آقازاده ژن خوب**: «تو یه ساعت اومدی قم کرونا گرفتی؟ تو خودت عامل کرونایی. تو که مامانت برات مدرسه غیرانتفاعی درست کرد، الانم بگو مامانی برات یه بیمارستان غیرانتفاعی بسازه...» هر روز هزارتا از این درشت‌تر بار آقازاده‌ها می کنین ولی کک‌شونم نمی گزه. حتی خودشونم اینارو می خونن و می خندن و میگن عجب نسقی ازشون گرفتیم! طفلکیا جز جوک ساختن کاری ازشون برنمیاد.

چین به اتباعش دستور داده از ایران خارج شن... چین که خودش کرونا می گرفتی همه عمر حالا ببین چطور شده که با دیدن کرونای ما برگاش ریخته. آقایی که دسفروشی و هواپیمای پلاستیکی می‌فروشی. فکر نکن که فقط کاسبی خودته که خوابیده. ایرلاین‌های ایرانی هم در حال ورشکستگی هستن: جایی که عقاب پر بریزد/ از پشه لاغری چه خیزد. /اگه کرونا ناراحت نمیشه یه مقدارم چهارشنبه سوری کشته داشته باشیم.

از حضرت علی(ع) پرسیدند ماالداء القاتل؟ فرمود الجل. جهل کشنده‌ترین دردهاست. در غرب هم عده‌ای در شرایط کرونایی میرن کلیسا و دست مجسمه حضرت مریم(س) رو می‌بوسن و میگن خودش دارالشفاس. یه آقای آیت‌الله می گفت تو میری ضریح بزرگواری رو لیس می‌زنی که خودش از زهر شهید شده... خدایا به ما عقل بده تا بلای جهل رو از خودمون دور کنیم.

**عجایب شهر**: چند تا کلیپ تو مجازی دست به دست میشه. یه پرستار با ماسک و بقیه وسایل داره می‌رقصه. کار خوبیه و نشون میده در هر شرایطی روحیه دارن ولی یه چی بگم؟ اگه کرونا نبود و یه پرستار تو بخش اینجوری می‌رقصید، سه سوت حبس می‌شد و در بیمارستان رو گل می‌گرفتن. فض کنین امروز مدرسه‌ها باز باشه و مدیر یه مدرسه‌ای ترانه ساسی مانکنم رو واسه بچه‌ها پخش کنه. اینجام منکرات گیر نمیده. نتیجه می گیریم رقص و ساسی مانکن خود به خود مشکل نداره مهم اینه که کی برقصیم کی نرقصیم. /چون کیت کم داریم، تست کرونای پرستار مملکت هفت روز بعد از فوتش معلوم میشه اونوقت آقازاده‌ه و مسؤولان هشت صبح تب می کنن ده صبح تستش مثبت میشه، ظهر قرنطینه، شب هم خبر سلامتی‌شونو توئیت می کنن.

کارمندای بانک در معرض خطرن چون دستکش مسکش هم ندارن. پول هم انتقال دهنده ویروسه. ساعت کار بانکا رو کم کردن تا مثلا به بانکی‌ها لطف کنن اما لطف‌شون خطر رو بیشتر کرده چون هجوم مشتری‌ها بیشتر شده.

یه عکس دیدم مال فرودگاه مسکو بود. اولش فکر کردم بیمارستانه. همه کارکنان لباس سفید و ماسک و دستکش داشتن. چرا ما از همه جا عقب‌تریم ولی ادعامون گوش فلکو پاره می کنه. تاریخ فردا درباره ما چی می‌نویسه؟/ من یه کشف کردم. اگه می‌خواین بدونین اوضاع کشور چجوریه، به گوشی‌تون بنگرین: اگه وی‌پی‌ان راحت وصل شد، یعنی اوضاع عادیه. اگه وصل نشد یعنی اوضاع بده. اگه اینترنت هم نداشتیم که به وی‌پی‌ان وصل شیم، یعنی اوضاع خیلی خرابه./ یه آگهی دیدم: دوست داری به اسم خودت کتاب چاپ کنی؟ فقط بگو در چه زمینه‌ای می‌خوای؟ شعر؟ رمان؟ پزشکی؟ مهندسی؟ تاریخی؟ روانشناسی؟ کتابت رو میدیم استادان دانشگاه ویژوهشگرها برات بنویسن. با اسم خود خودت چاپ میشه. تسویه بعد از چاپ کتاب... همه چی توی این کشور جعلی شده اونوقت ادعا می کنن موشک هوا می کنیم، داروی کرونا می‌سازیم، آب حوض خالی می کنیم، پیرزن خفه می کنیم، با دست و دماغ خالی(بی‌دستکش و ماسک) هم میریم با کرونا روبوسی می کنیم. /مسؤولای خارجیا وقتی جلسه دارن ماسک و دستکش و تجهیزات پیشگیری دارن. ما وقتی جلسه میذاریم هیچی نداریم. لابد می‌خوایم بگیم مگه ما بچه سوسولیم که کرونا بگیریم. ما اهل ماسک و این قرتی بازیا نیستیم.

اولش دولت اعلام کرد ما در زمینه ماسک و مخلفاتش هیچ کمبودی نداریم. حالا جناب ظریف به سازمان بهداشت جهانی میگه به این اقلام نیاز فوری داریم: ماسکهای سه لایه ان ۹۶ و ماسکهای سه لایه، دستگاه تنفس مصنوعی، روپوش(گان) جراحی، کیت تست کروناویروس، کاورهای محافظتی بی‌رنگ، محافظ صورت و بدن... تا حالا چند میلیون ماسک و دستکش به ایران وارد شده ولی هنوز داروخونه‌ها میگن نداریم. امروز یه فروشگاه دیدم. از اینایی که چیز میزای پلاستیکی می‌فروشن دونه‌ای دوهزار تومن. تابلو زده بود دستکش لاتکس موجود است. یه خورده بالاتر و پایین‌ترش داروخونه هست. تابلو زده ماسک و دستکش نداریم. راستی؟ این ماسک و مختلفی که به ایران اهدا شده، بعدش دولت به ما دونه‌ای چند می‌فروشه؟نایب رئیس شورای شهر کرج که خودشم کرونایی شده

گفته اینکه میگن برو اگه اگه حالت بدتر شد، بیا به معنی تکثیر نامحدود ویروس نیست؟

به لطف هوشیاری مسؤولان زحمتکش ویروس کرونا در همه جای کشور پخش شده به صادرات گسترده هم رسیدیم. یه فیلم دیدم از گمرک فرودگاه بوشهر. چند میلیون ماسک در صف خروج هستن... اگه واقعیت داشته باشه، زهی افسوس بر ما که حتی نمی‌تونیم تو سه سوت این لوازم حیاتی رو تو داروخونه‌ها پخش کنیم. بوروکراسیه؟ دزدیه؟ نامردیه؟ چیه؟

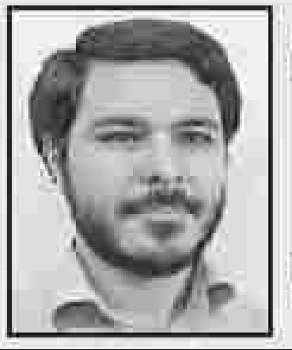
تو ده روز هفت میلیون ماسک و هشتاد و پنج میلیون دستکش و هیجده تن ژل ضدعفونی و هفت هزار لیتر الکل کشف شده. جالبه که فقط کشف شدن اما به مرحله شهود نرسیدن و مردم اثری از آثارشون ندیدن. هفتاد درصد قیمت کشفیات رو هم به عنوان جریمه از احتکارکننده گرفتن. قاعده‌ش اینه این کشفیات رو مجانی به مردم بدن ولی انگار تو کشور ما پای قاعده‌ها لنگه و همه چی مسیرهای غیرقانونی داره.

روسای سه قوه هم هی تند تند تو تلویزیون به مردم میگن احتکار غیر قانونیه و باهاشون برخورد سختی می کنیم. تو تاریخ بشریت ایران تنها کشوریه که مملکت رو با حرف اداره می کنن.

مشاور

# ترس از کرونا یک انتخاب است

خانواده



آقای سید محمد حسینی
کارشناس ارشد مشاوره، تخصصی فرزندپروری، خانواده، اضطراب و ترس، وسواس و افسردگی
مشاوره کتبی و حضوری

**سوال: با سلام، پسری مجردم و ۳۵ ساله، دوسال قبل پسرخاله معلولم بخاطر ایست قلبی فوت کرد و سال بعد هم برادرش به همین شکل دچار ایست قلبی شد و از دنیا رفت و من مدت یکسال است که استرس و اضطراب شدید دارم طوری که شبها خواب ندارم و پریشانم و در صورت کوچکترین درد در بدنم استرس شدید می گیرم اما تا به حال بخاطر ترس از اینکه به من انگ روانی بودن بزنند به پزشک مراجعه نکرده‌ام لطفاً راهنمایی‌ام کنید که چطور می‌توانم ذهنم را کنترل کنم؟**

**مجید ـ س ـ اردبیل**

**پاسخ:** با سلام خدمت شما خواننده خوب مجله باید بگویم که شما اتفاقات پشت سر هم و تلخی را تجربه کرده‌اید، اما خوب است بدانید که اضطراب زیاد هم باعث نگرانی و ترس شما شده و هم این احساس با زندگی روزمره تداخل ایجاد کرده و باعث بروز مشکلات بعدی می‌شود و در مدت طولانی خطر ابتلا به بیماریهای مزمن را به خاطر ضعف سیستم دفاعی افزایش می‌دهد و این یعنی همان چیزی که شما از آنها واهمه دارید دقیقا مثل ترس این روزهای مردم از کرونا که باید گفت اینکه با ترس زندگی کنم یا با آرامش و به دور از کرونا یک انتخاب است و این ما هستیم که تعیین می کنیم.

اضطراب و استرس در دنیای پیچیده امروز امری اجتناب ناپذیر است اما اگر بخواهیم با مشکلاتی از جمله بی‌خوابی، ضربان قلب بالا، احساس تنش و غیره روبرو نشویم، باید راهکار مقابله با اضطراب را یاد بگیریم.

یکی از راههای درمان اضطراب، درمان شناختی رفتاری است، در این نوع درمان، با تغییر افکار ناکار آمد و جایگزین کردن آن با تفکر منطقی می‌توانیم در کنترل استرس و اضطراب به خودمان کمک کنیم.

این روش، برای همه نوع اضطرابی مورد استفاده قرار می گیرد و بی‌توجهی به اخبار منفی مستمر و توجه به خبرهای مثبت از جمله راهکارهایی هستند که به ما در کنترل اضطراب کمک می کنند.

وقتی شخص در شرایط آرمیدگی قرار می گیرد، ضربان قلب، میزان تنفس، فشارخون، تنش‌های عضلانی و بی‌خوابی کاهش پیدا می کند و باعث افزایش تمرکز شخص می‌شود که همگی اینها در کاهش اضطراب نقش عمده‌ای دارند.

از جمله روشهای آرمیدگی می‌توانیم به تنفس شکمی، آرمیدگی تدریجی عضلات، تصویرسازی آرام و موسیقی آرام کننده اشاره کنیم.

زمانی که شخص مضطرب می‌شود تند نفس می کشد اما در زمان آرمیدگی نفس‌ها عمیق‌تر و از ناحیه شکم است و این باعث دریافت آرامش بدن می‌شود پس در روش آرمیدگی بهتر است هوا را به آرامی درون ریه‌های خود بکشید و از طریق بینی تنفس کنید و بگذارید هوا تا سطح شکم شما برسد و این تمرینات را درهر روز و سه نوبت انجام دهید و هر نوبت از ده تا یک بشمارید.

### آرمیدگی عضلات

روش دیگری که برای درمان اضطراب کاربرد دارد، آرمیدگی تدریجی عضلات است و این تمرین را باید روزی دوبار و هر بار ۲۰ دقیقه در هنگام بیدار شدن و به خواب رفتن ویا قبل از ناهار انجام دهید و هر عضله را ۷ تا ۱۰ثانیه منقبض کنید و بعد رها سازید.

### تصویر سازی یک محیط زیبا

بعد از انجام تمرین فوق که باعث آرامش در عضلات بدن می‌شود، خوب است که یک آرامش فراگیر را در بدن خود تجربه کنید، برای اینکار لازم است مکانی آرام مانند دریا، کوهستان، جنگل و یا هر جایی که به شما آرامش می‌دهد را تصور کنید هر چقدر بیشتر و با جزئیات این کار را انجام دهید آن تصویر در ذهن قویتر شده و در هنگام تنش بیشتر به ما کمک می کند.

### موسیقی آرامش بخش

موسیقی ملایم می‌تواند به شما احساس آرامش بدهد.

### ورزش کردن

ورزش یکی از راههای موثر و درعین حال ساده جهت کاهش تنش در بدن و درمان اضطراب است و ورزشهای هوازی بر اضطراب تاثیر بیشتری می گذارند.

### نوشتن خاطرات و وقایع روزانه؛

یکی از راههای مقابله با استرس و درمان اضطراب، نوشتن وقایع روزانه است

نوشتن خاطرات باعث می‌شود خاطرات مسموم از ذهن خارج شده و افکار تازه و سالم و کارآمد را جانشین آنها کنیم.

### توقف فکر

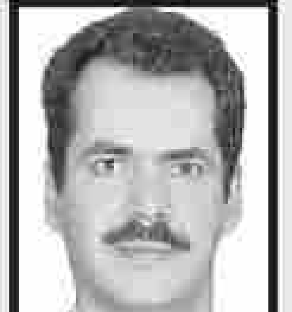
در این روش تنها کاری که باید انجام دهید این است که افکار منفی خود را بشمارید در صورتی که این کار را انجام دهید، بعد از گذشت چند روز متوجه خواهید شد که از میزان افکار منفی شما کاسته شده است.

و نکته آخر اینکه هر نوع پریشانی و حال بد نتیجه اختلال روانی نیست.

شما یک بدن سالم دارید و لازم است برای سالم نگه داشتن بدن خود افکار سالم نیز داشته باشید. پس با تغییر افکار ناکارآمد و جایگزین کردن آنها با تفکر منطقی و کنترل هیجانها مطمئن باشید که می‌توانید زندگی بهتری برای خود و اطرافیان رقم بزنید.

ابله‌ترین دوستان ما، خطرناک‌ترین دشمنان ما هستند ● سقراط

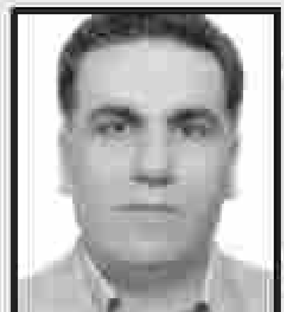
حقوقی



آقای سعید مجیدی نژاد
وکیل پایه یک دادگستری و کارشناس ارشد حقوق خصوصی
مشاوره تلفنی چهارشنبه ها
از ساعت ۱۴/۳۰ تا ۱۶

شماره مشاوره تلفنی: ۲۹۹۹۳۲۳۸
مشاوره حضوری با تعیین وقت قبلی

طب سوزنی



آقای دکتر بیژن عمویان
مشاوره پزشکی، ترک اعتیاد
مشاوره تلفنی: دوشنبه‌ها
از ساعت ۱۳ تا ۱۴:۳۰

حقوقی



آقای اکبر خوبکردار
وکیل دادگستری
مشاوره تلفنی شنبه ها
از ساعت ۱۵ تا ۱۶

حقوقی



خانم الهام سادات طباطبایی
وکیل پایه یک دادگستری
کارشناس ارشد حقوق خصوصی
مشاوره تلفنی چهارشنبه‌های اول هر ماه از ساعت ۱۳ تا ۱۴

روانشناس

خانم سیما میرلو پزشک عمومی و روانشناس بالینی، تخصص در فرزندپروری، خانواده، ازدواج و واقعیت درمانی
مشاوره تلفنی شنبه‌ها از ساعت ۱۱ تا ۱۲

# به هر سوالی پاسخ نمی‌دهیم

هومن ظریف



**با حسین خواجه امیری خالدی (ایرج) گفتگوهایی برای ساخت مستند "پیرنیا، باغبان گلها" داشتم و حالا نوبت این گفت و گو بود که بسیار صمیمانه صورت گرفت و در آموزشگاه ایرج، شفاف و کوتاه به پرسشهایم پاسخ گفت. البته دو نکته مهم در گفتگویمان بود، اول اینکه استاد اذعان می کرد که عمده تفاوت شیوه آوازخوانی او و گلپا (اکبر گلپایگانی)، در ادای درست اشعار است و برای این منظور او شعر را حتی به صورت کلماسیون اجرا می کند و از تحریر زدن روی واژه‌ها، پرهیز دارد و نکته دوم این که گفت در عنفوان جوانی، ارتش و نظامی گری را به نفع موسیقی و میراث فرهنگی، رها می کند و برای یک جوان که روحیاتش هیجان ارتش را مجاب می کند، این تصمیمی بزرگ محسوب می‌شده. اما او که میراث دار تعزیه خوانان و خانواده فرهنگی بوده، در اتخاذ تصمیمی درست، راحت‌تر با خود کنار آمده و بعد از اجرای آواز در رادیو ارتش، نخستین برنامه موسیقی ایرانی رادیو اف ام، دوشنبه ۴ بهمن ۱۳۵۰، با صدای او آغاز و در برنامه گلها نام او تکرار می‌شود.**

**استاد، سالها فعالیت نمی کردید، چرا؟**

-عوض قدردانی، انگار قاتلی یا دزدی را دیده باشند با ما رفتار کردند و من اگر یکی از نزدیکانم فوت می کرد، حق دادن آگهی تسلیت در روزنامه یا مجله را نداشتم! اسم من را هم نمی‌نوشتند!

**تا چه زمانی این شرایط ادامه داشت؟**

-بعد از انقلاب تا ۱۰ سال پیش حدود سال ۱۳۸۴ و تا چند سال بعد از انقلاب ممنوع الصدا بودم. البته من زیاد راغب به مصاحبه نیستم، چون مطبوعات برخی اوقات باعث مشکلات برای ما می‌شود. یادم می آید یکی از مطبوعاتی‌ها، زمانی از من پرسید: در خارج از کشور صدای شما را پخش می کنند، از اینها و کارشان راضی هستید؟ آیا نباید از شما اجازه بگیرند؟ و من پاسخ دادم از طرف خودم می گویم که راضی نیستم که صدای من را پخش کنند و اگر هم می‌خواهند پخش کنند باید اجازه بگیرند. چون برای این آثار زحمت کشیده‌ایم و صاحب اثر ما هستیم. بعد از این بود که صدایم را به خاطر اینکه این حرف را زدم، ممنوع کردند! شش ماه پخش نشد در حالی که برای من سوال شد که مگر من حرف بدی زدم؟! گفتم باید اجازه بگیرند! برای همین هم به هر پرسش شما جواب نمی‌دهم!

**پرسش خاصی نیست، ادامه همین صحبتی است که داشتید می گفتید. شروع همکاری شما با برنامه گلها در رادیو با چه آوازی بود؟**

-با آواز سه گاه بود با مرحوم آقای تجویدی.

**چطور وارد برنامه گلها شدید؟**

-من پیش از ورود به برنامه گلها، در رادیو برنامه‌های متنوعی اجرا می کردم. با ارکسترهای رادیو برنامه داشتم و می‌خواندم. یک روز آقای داود پیرنیا از من درخواست کرد که بیا با من در برنامه گلها همکاری داشته باش! من هم آن زمان (سال ۱۳۳۶) به برنامه گلها رفتم و با آنها همکاری کردم.

**یعنی اولین جرقه‌ای که باعث شد، داود پیرنیا با آن سخت گیری که در انتخابات خوانندگان داشت، به شما پیشنهاد همکاری بدهد، چه بود؟**

-او برنامه‌های پیشین من را می‌شنید. چون من در رادیو، اجراهای متنوعی داشتم. برنامه گلها تازه شروع شده بود و به قول خودشان از خوانندگان درجه یک دعوت می کردند. البته من دقیق یادم نیست که چگونه وارد برنامه گلها شدم، اما آنچه که مسلم است این است که آقای پیرنیا به من گفتند بیا دفترم، رفتم و گفتند اگر مایل هستی بیا با ما همکاری کن و "آواز"* برای ما بخوان.

**در واقع داود پیرنیا دوست داشت شما اجرای آواز داشته باشید؟**

-بله، رفتم و از همان موقع شروع کردیم و اولین برنامه هم. شعری از مولانا** بود.

تا به کوی تو به امید نیاز آمده‌ایم
شمع سان در رهت از سوز و گداز آمده‌ایم
تشنگان ره شوقیم به امید نجات
پیش سرچشمه حیران به نیاز آمده‌ایم

این شعر را در سه گاه خواندم که با ساز مرحوم علی تجویدی همراهی شد.

**چرا آواز سه گاه شما بسیار متفاوت با دیگر اجراهاست؟**

-سه گاه، سه گاه است دیگر. البته هر کس سلیقه‌ای در اجرای موسیقی دارد و من هم سلیقه‌ای به کار بردم و در پی این بودم که موسیقی را به خوبی ادا کنم.

**منظورم این است که در خوانش آواز سه گاه، گوشه‌ها را با عنایت به مرکب خوانی اجرا می کنید؟**

-بیشتر توجه دارم در ادای درست کلمات،



*** من و گلپا همکلاس بودیم و خیلی دوست بودیم و سبک ما دو تا با سبک قدیمی‌ها آشکارا فرق داشت**
*** من هم از پدرم و تعزیه خوانان روستاها موسیقی را یاد گرفتم**

تحریرهای بجا و اجرای درست گوشه‌های خود دستگاه‌ها. پرهیز می کنم از اینکه روی شعر تحریر بدهم و اگر شعری نیاز به دقت در شنیدن دارد، آن راحتی‌المقدور به صورت دکلمه اجرا کند و بعد شروع کند به تحریر زدن.

**برگردیم به اینکه نام مستعار ایرج را برای خود برگزیدید. جایی عنوان کرده‌اید که این نام برادر شما بوده؟**

ـ خب من ارتشی بودم. ایراد می گرفتند که آواز نخوان! برای تو خوب نیست که موسیقی اجرا کنی. من هم در جواب گفتم من اشتباهی آمده‌ام به ارتش و من اصلاً هنرمندم و نه ارتشی، تا اینکه بعدها اجازه دادند که برنامه اجرا کنم، منتها با نام برادرم "ایرج" برنامه اجرا کردم.

**لطفا درباره اعضای خانواده و پدر و مادر خود توضیحاتی بدهید.**

ـ ما پنج برادر و خواهر بودیم. یعنی ۳ برادر و ۲ خواهر. اصولاً موسیقی در خانواده ارثی است. آنگونه که گفته‌اند، پدربزرگ من خواننده دربار ناصرالدین شاه بود و ردیف موسیقی را از استادان وقت یاد گرفته بود و من هم از پدرم و تعزیه خوانان روستاها موسیقی را یاد گرفتم چرا که ردیف موسیقی را تعزیه خوانان به خوبی می‌دانستند.

**چطور در ارتش از فعالیت موسیقی منع شدید، ولی در تاریخچه موسیقی شما آمده است که با رادیو ارتش همکاری داشتید؟!**

ـ آهان! بله. در شبهای جمعه، ساعت ۷/۳۰ تا ۸ هر هفته ارتش برنامه داشت. با ارکستر مرحوم محمد یاحقی، همکاری می کردم، آن زمانی بود که دانشکده افسری تحصیل می کردم. این برنامه رادیویی زنده اجرا می‌شد.

**در برنامه‌ها و ارکسترهای متنوعی، اجرا داشتید، کدام یک را بیشتر می‌پسندیدید؟**

ـ برنامه ارتش، ارکستری نداشت، من بودم و ویولون آقای یاحقی. البته بعد از اینکه گلها ایجاد شد، من در آنجا با ارکستر به معنای درست مواجه شدم.

**مدتی از برنامه گلها جدا شدید، دلیل آن چه بود؟**

ـ اختلاف جزیی پیش آمد. گفته بودند که ایرج پشت سر پیرنیا حرف بدی زده است! که البته هیچ مسأله مهمی نبود و بعد ۳ماه، آقای پیرنیا صدای من را پخش نمی کرد چون می گفت پشت سر من حرف بدی زدی! بعد از اینکه عذرخواهی کردم و ثابت کردم که من این حرف بد را نزدم، پیرنیا پذیرفت.

**نزدیک بیست سال بعد از انقلاب فعالیت نداشتید، چه شد که صدای شما پخش شد؟**

ـ مرحوم منوچهری، شرکت پخش نوار کاست داشت. آن موقع ممنوع‌الکار بودم. او رفت و صحبت کرد و این ممنوعیت برداشته شد. مدتی بعد در کرج، در یک سالن ورزشی ۶ هزار بلیت برای کنسرت من فروخته شد در حالی که سالن بیش از ۳ هزار نفر ظرفیت نداشت! بعد سر و صدای اعتراض بلند شد و روی این حساب، کنسرت قدغن شد!

**شما در آموزشگاه، مشتاقان را چطور به سمت موسیقی ایرانی هدایت می کنید؟**

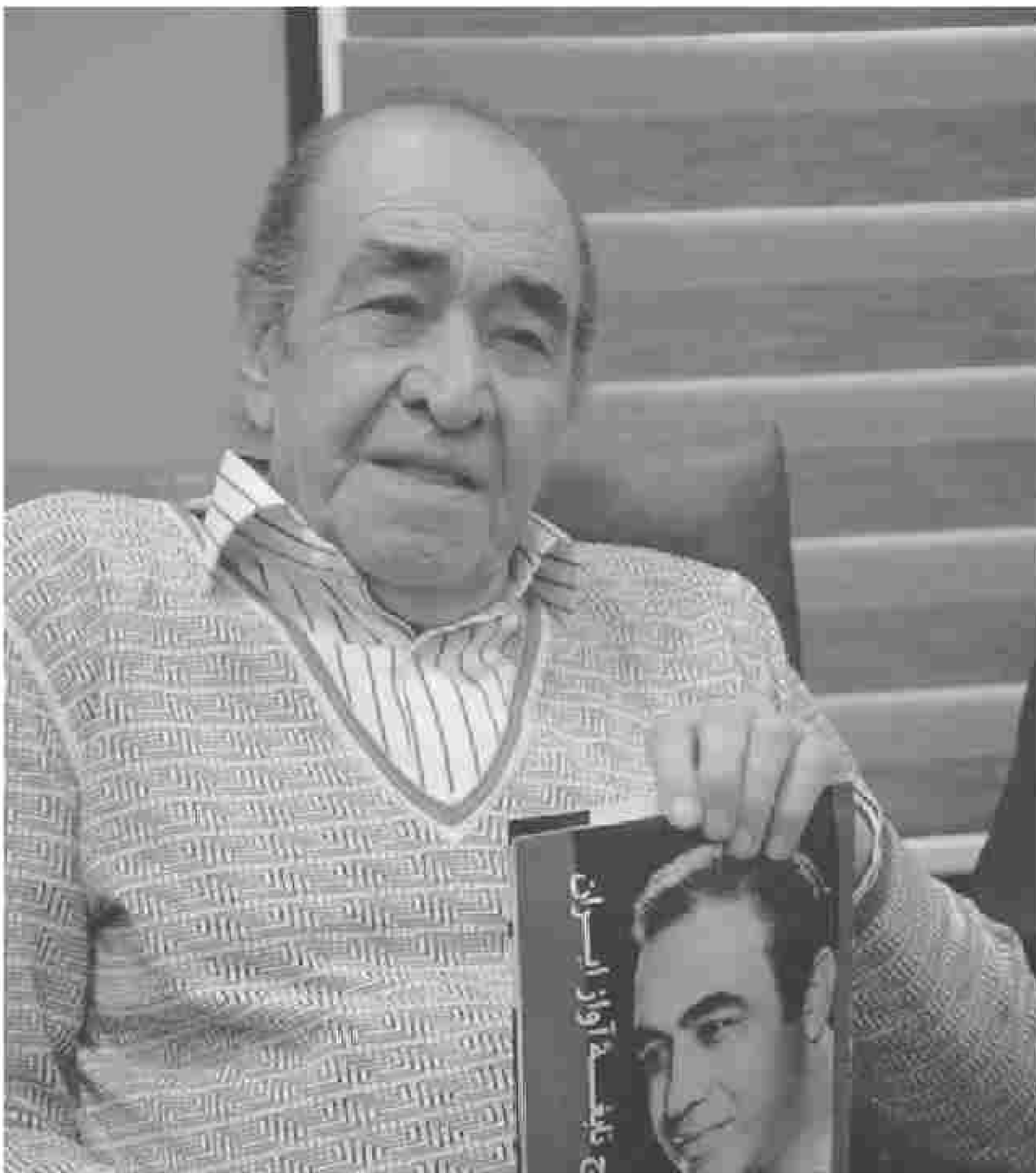
ـ ابتدا از کسی که مراجعه می کند، امتحان صدا می گیریم. بعد اگر صدایش خوب بود و توانست برنامه اجرا کند، اسم‌نویسی می کنیم و بعد ردیف را آموزش می‌دهیم. هفت دستگاه و پنج مایه موسیقی اصیل ایرانی یاد می‌دهیم. اصل ماجرا ثابت است اما سبک من، گلپایگانی و شجریان چیزی است که سلیقه‌ای است.

**آقای شجریان درباره صدای شما گفته است که معیار و متریک است، این به معنای سبک است یا ردیفی که انتخاب کرده اید؟**

ـ از لحاظ ردیف است و خواندن درست. یعنی ژوست خواندن. یعنی نسبت به ساز، خارج نمی‌خوانم.

**آقای گلپا همیشه به من تذکر می‌داد که درباره برنامه گلها از شما پرس و جو کنیم. دلیل این علاقه چیست؟**

ـ من و گلپا همکلاس بودیم و خیلی دوست بودیم و سبک ما دو تا با سبک قدیمی‌ها آشکار افرق داشت. نه اینکه یک موسیقی متفاوت باشد، بلکه ما سریعتر و بهتر، یعنی شعر را روان‌تر می خواندیم که شنونده شعر و آوازه را خوب بشنود و لذت ببرد. قدیم آوازه خوانها شعر را فدای موسیقی می کردند و بدون ارتباط برقرار کردن با شنونده، سریع اجرا می کردند و بعد هم شروع می کردند به چهچهه زدن! ما شعر را سلیس خواندیم و بعد تحریر زدیم.



**به عنوان آخرین پرسش، غیر از برنامه اف‌ام و رادیو ارتش، گلها و سرانجام آن را چگونه ارزیابی می کنید؟**

ـ برنامه گلها تا زمانی که آقای پیرنیا بود خوب اداره می‌شد و بهترین نوازنده‌ها و خواننده‌ها اجرا داشتند بعد از او، آهسته آهسته، سلیقه‌های مختلف آمد وسط، مثلاً آقای "سایه" و "میرنقیبی" با سلیقه خودشان مدیریت می کردند و تشخیص کار البته با شنوندگان است.

**هدیه شما به خوانندگان این گفتگو، کدامیک از آثار شماست؟**

ـ خیلی از آثارم را به یاد نمی آورم، ولی گلهای رنگارنگ ۵۱۰ با این شعر:

بسم از هوا گرفتن که پری نماند و بالی
به کجا روم ز دستت که نمی‌دهی مجالی...

به نظرم خوب اجرا شد و نیز یک اثر در مایه دشتی با شعری از سایه، شعرش یادم نیست.

همیشه باید چیز جالبی برای خواندن با خود همراه داشته باشید

● اسکار وایلد

---

پانویس:

*در واقع خوانندگان در برنامه گلها هم آواز سنتی و هم تصنیف می‌خواندند ولی ایرج با دعوت پیرنیا فقط برای "آواز"خوانی دعوت شد و البته ضربی خوانی هم اجرا کرد.

**شعر از مولانا نیست و اگرچه بر اساس اعلام برنامه در برگ سبز شماره ۴۴ حسین توصیفیان گوینده برنامه اعلام می کند که از حافظ است و محمدعرفان رفیعی، پژوهشگر موسیقی، اذعان می کند که در دیوان خواجوی کرمانی نشر صفی علیشاه، این غزل به چاپ رسیده است



راشین مختاری

# زندگی در دنیایی متفاوت

**همه او را ماهی صدا می‌زنند. ۶۷ سال دارد. خیلی سال پیش در رشته باستان شناسی فارغ‌التحصیل شده و به قول خودش از پنج سال پیش شروع به خواندن زبان انگلیسی کرده. حالا دو زبان، انگلیسی و فرانسه را بسیار خوب می‌داند و از سال جدید می‌خواهد زبان روسی را شروع کند.**

برای سال‌ها و سال‌ها برنامه دارد. وقتی سن او را پرسیدم کمی مکث کرد با انگشتانش شمرد و بعد گفت ۶۷ سال.

خیلی وقت است که اهمیت طول زمان برایش از بین رفته. در کوچه پس کوچه‌های دزاشیب در یک آپارتمان چهار طبقه قدیمی زندگی می کند. تنهاست. ولی وقتی به داستان زندگی‌اش گوش دادم تازه متوجه شدم نه، تنها تنها نیست بلکه سهم زیادی از این دنیا به او تعلق دارد.

دلش نمی‌خواست عکسی از او گرفته شود. می گفت از هیاهو و سر و صدا بدش می آید. آرامشش را از دست می‌دهد. برای این آرامش بهایی سنگینی پرداخت کرده است...داستان زندگی‌اش پر از تراژدی‌های دلخراش و روزهای آفتابی و دل خوش و قلب شکسته است.

زبان شیرینی دارد و دلم می‌خواست از زبان خودش داستان زندگی پر پیچ و تابش را بنویسم و لحن گفتار را در متن حفظ کنم. گفت:"از کی شروع کنم؟ از آخر داستان یا اول داستان؟"

گفتم:"از یکی از روزهای زندگی‌تان شروع کنید. یک روز معمولی."

گفت:"صبح‌ها زود از خواب بیدار می‌شوم. کم خوابم. می‌روم نان تازه می‌خرم. اگر روزنامه هم آمده باشد با یک بغل روزنامه به خانه بر می گردم. ساعت از هشت که می‌گذرد صدای پای خواهر زاده‌ها و برادرزاده‌ها را می‌شنوم که تند تند دارند از پله‌ها می‌آیند پایین. همیشه دیرشان شده. آخه این ساختمان در واقع یک ساختمان خانوادگی است. ما چهار خواهر و برادر هستیم که هر کدام در یکی از واحدها زندگی می کنیم. من در کوچک‌ترین واحد زندگی می کنم. چون تنها هستم. بچه‌ها که می‌روند سراغ کار و دانشگاهشان، نوبت خواهر و برادرها می‌شود. می‌دانند بساط چای و نان داغ من به راه است. سری بهم می‌زنند و بعد از ساعت ده دیگه همه جا ساکت می‌شود. روزنامه‌هایم را باز می کنم و روز را با خواندن آنها شروع می کنم.

همیشه زندگی‌ام به این آرامی نبوده. یک زمانی دو پسر داشتم و شوهری که عاشق فوتبال بود. تا دیروقت پای تلویزیون می‌نشستند و با هیجان و جیغ و فریاد فوتبال نگاه می کردند. صبح هم راهی‌شان می کردم به مدرسه و بعد هم با همسرم می‌رفتیم سر کار. در یکی از اداره‌ها دولتی مشغول به کار بودیم. **در واقع همکار بودیم و در یک ساختمان کار می کردیم. زندگی کارمندی ساده‌ای داشتیم. تا این که یک روز وحشتناک‌ترین اتفاق زندگی‌ام رخ داد.**

شوهر و بچه‌هایم به خارج از شهر رفته بودند. ویلای یکی از دوستان دعوت شده بودیم. من سرمای شدیدی خورده بودم و در خانه ماندم. در راه برگشت شوهرم تصادف کرد و من هر سه تای آنها را در جا از دست دادم. اتفاق هولناکی بود. تا چند روز نمی‌توانستم درست پلک بزنم و شوکه بودم. به رو به رو خیره می‌شدم و حس می کردم همه تنم یخ زده است.

می‌توانید حس کنید که چه بلایی سر من آمده بود. **ماه‌های اول در حالی گذشت که من بین مرگ و زندگی معلق مانده بودم. بعد برادرم اصرار کرد خانه را عوض کنم و بروم کنار آنها زندگی کنم.** تازه خانه پدری را کوبیده بودند و چهار واحد ساخته بودند. نای نقل مکان نداشتم. همه کارها را برادرو خواهرها کردند. من مثل یک شی جا به جا شدم.

در خانه جدید هیچ علائمی از شوهر و بچه‌هایم نبود. همه وسایلشان را جمع کرده بودند. سعی کرده بودند ارتباط من با گذشته را کمرنگ کنند. شروع این تغییرات از وقتی بود که دیگه دلم نمی‌خواست تلویزیون را روشن کنم. ماهها گذشت و تلویزون حتی برای یک بار هم روشن نشد. یک کتاب فروشی سر کوچه‌مان بود. من قبلاً اصلا اهل کتاب خواندن نبودم. ولی ویترین این کتاب فروشی همیشه مرا برای خرید وسوسه می کرد. یکی دو رمان از او خریدم و توانستم وقتم را با خواندن رمان‌های تاریخی و عشقی پر کنم.

کم کم تعداد کتاب‌ها بیشتر شد. **دیدم تلویزیون جالی زیادی گرفته. آن را بردم توی انباری گذاشتم و به جای تلویزیون یک قفسه برای کتاب‌هایم خریدم.** بعد از دو سال یکی از خواهرزاده‌هایم اصرار داشت که یک تلویزیون مدل جدید برای من بخرد. گفتم نه. در نبود آن زندگی برایم راحت‌تر است. خانواده اصرار داشتند که من تلفن همراه داشته باشم. گفتم نه. من که







جایی نمی‌روم. اگر با من کار داشتید چند پله بیشتر با خانه من فاصله ندارید. یا بهم تلفن کنید.

خلاصه **این طور شد که شیوه زندگی من تغییر کرد. بعد از چند سال از آن اتفاق رفتم دو خیابان بالاتر کلاس زبان ثبت نام کردم.** درس خواندن بهم انرژی خوبی می‌داد. هر ترم شاگرد اول می‌شدم. طوری که بعد از سه سال زبان انگلیسی را خیلی خوب می‌فهمیدم. بعد زبان فرانسه را شروع کردم. ارتباطم با دنیا از طریق روزنامه بود. دکه روزنامه فروشی سر کوچه مرا خوب می‌شناخت تا مرا می‌دید می‌گفت ماهی خانم روزنامه‌هایت آماده هستند تا بروی نان تازه بخری و برگردی برایت کنار می‌گذارم.

اهل محل به روتین زندگی من عادت کرده‌اند. سلام و احوال پرسی‌هایمان آنقدر صمیمی و گرم است که انگار از یک خانواده هستیم. کم و بیش با زندگی خصوصی اهل محل آشنا شدم. یک وقت‌هایی من اولین کسی هستم که با تازه واردهای محله آشنا می‌شوم. از خلق و خوی همه خبر دارم. **بیشتر شب‌ها خواهر و برادرها و بچه‌هایشان می‌آیند در آپارتمان من و دور هم جمع می‌شویم و حرف می‌زنیم چون کسی حق ندارد در خانه من با موبایلش صحبت کند یا بازی کند. اینجا فقط با هم گپ می‌زنیم و از روزمان نقل می‌کنیم.** خیلی‌ها به من می‌گویند با این کار و این شیوه زندگی از دنیا عقب مانده‌ام. می‌پرسم از کدام قسمت از دنیا عقب مانده‌ام؟ اخبار را از طریق روزنامه‌ها می‌شنوم. رادیوهم چند ساعتی که در



حال آشپزی و تمیز کردن خانه هستم روشن است. فیلم‌های خوب را می‌روم توی سینما می‌بینم. هیچ تئاتر خوبی از دست من در نمی‌رود. **روزانه چند ساعت کتاب می‌خوانم. دو زبان را آموخته‌ام و زبان سوم را هم در سال جدید شروع می‌کنم.** سر موقع می‌روم دکتر و چک آپ می‌شوم. خانه‌ام هر شب پر مهمان است. بستگان شوهرم که در شهرستان هستند هنوز گهگداری به تهران می‌آیند و چند روزی مهمان من هستند. یک سال است که دارم روی گیاه‌های دارویی تحقیق می‌کنم. چند دوره کلاس هم گذرانده‌ام. هر کس کمکی بخواهد دریغ نمی‌کنم و توصیه‌های درمانی‌ام را در اختیار همه می‌گذارم. از احوال همه فامیل و دوست و آشنا باخبرم. خیلی وقت‌ها برای نگهداری بچه‌هایشان از من کمک می‌گیرند. یک شب‌هایی می‌خواهند به مهمانی بروند و یا یک روزهایی بچه‌ها مریض هستند و باید در خانه بمانند و آن موقع است که من تنها کسی هستم که می‌توانم به آنها کمک کنیم.

همه روزم پر است و بسیار مفید. بدون موبایل و تلویزیون و کامپیوتر زندگی می‌کنم. هفته‌ای یک روز هم به یک آسایشگاه کودکان استثنایی می‌روم و به آنها کمک می‌کنم. سعی دارم زندگی‌ام برای خودم و دیگران مفید باشد. **خیلی از همکارهایم که بازنشسته شده‌اند مدام غر می‌زنند که وقت کافی برای کارهایشان ندارند. غر می‌زنند که هزار مریضی به سراغشان آمده و گرفتاری‌ها تمامی ندارد ولی من زندگی راحت تری دارم.** سالی یک بار هم به سفر می‌روم. هر سال یکی از استان‌های ایران را می‌گردم. یک سفر ساده و کم هزینه. در اقامتگاه‌های بومگردی مستقر می‌شوم و با آداب و رسوم و فرهنگ شهرها و روستاها آشنا می‌شوم. کلی دوستان جدید پیدا می‌کنم که ارتباطمان را با نامه ادامه می‌دهیم. **من تنها کسی هستم که هنوز نامه از دوستانم دریافت می‌کنم و همیشه گفتنی‌های زیادی برای بقیه دارم و به قول یکی از خواهر زاده‌هایم من منبع اطلاعات موصق و دست اول هستم** بدون این که از گوگل یا شبکه‌های مجازی استفاده بکنم.

**وقتی به من گفتند داستان زندگی‌ام را برای خواننده‌های مجله اطلاعات هفتگی تعریف کنم گفتم کسی باور نخواهد کرد.** گفتم توی این دوره و زمانی اگر تلفن همراه را از مردم بگیرید یک ساعت هم طاقت نمی‌آورند. صدای تلویزیون از هر خانه‌ای بلند است و همه می‌نالند از سرد شدن رابطه‌ها و کمرنگ شدن روابط انسانی. اما من نمونه‌ای از یک شهروند ساده هستم که هم به خانواده‌ام خدمت می‌کنم هم به جامعه‌ام و هم برای خودم دلمشغولی‌های فراوان دارم. فقط و فقط به این خاطر که وقت را به بطالت نمی‌گذرانم.

## یادها و خاطره ها



فرستنده دومین نفر سمت راست امیر اسفوری همراه با مادر و برادرانش. این عکس در شهرستان آبادان و سال ۱۳۹۸ گرفته شده است



از سمت راست محمود شیخ. حسن شیخ. علی شیخ. سپهر نجفی. رضا شیخ. فتح‌الله گوشه‌ای. سعید شریفات. امیر عباس شریفات. محمد شیخ. نیما گوشه‌ای. سام شیخ این عکس به مناسبت افتتاحیه رستوان بیرون بر دالکه در شهرستان آبادان منطقه احمد آباد گرفته شده است



این عکس خانوادگی همراه با مادربزرگ است. من حامد پولادی از سمت چپ اولین نفر هستم. عکس در عید نوروز ۱۳۹۷ گرفته شده است.



مسافرت شهرستان بوشهر در بهمن. ۱۳۹۸ از سمت چپ (مهدی مدرس، خودم هستم) و میلاد مدرس و محمد کاظمی و احسان کاظمی.

قناعت کیمیاست که هر چه را لمس کند، طلایی می‌شود

●بنیامین فرانکلین




**افسون** به ساعت گوشی نگاه کرد. سه بامداد بود. از ده شب که داروی خواب خورده بود تا حالا چرتهای خرگوشی زده بود. از بستر بیرون آمد. زیر کتری را روشن کرد. کمی داخل یخچال را نگاه کرد. چیزی دلش را نبرد. به‌هال برگشت. روی مبل نشست و فکرهای ناگوار آمدند و او را با خود بردند:

مرگ پدر عزیزش که در بغل خودش جان داده بود از غصه‌های دیگر سنگین‌تر بود. مرگ مادرش را به یاد نداشت. دو ساله بود. پدرش برای بزرگ کردن افسون از جان و دل مایه گذاشت. او عزیز کرده بابا بود. هرگز به دخترش اخم نکرد. همیشه دلش برای او می‌تپید. اگر چیزی از دنیا می‌خواست، برای افسون می‌خواست. افسون هم مراقب سلامتی پدرش بود و چون می‌دانست مشکل قلب و عروق دارد، داروهایش را سر وقت میداد و پرهیزهای غذایی را کاملا برایش رعایت می‌کرد.

آن روز همه چیز دست به دست هم دادند و مرگ توانست غلبه کند. با هم رفته بودند ویلای شمال. افسون داشت گردگیری می‌کرد. تلفن پدرش زنگ خورد. پدر با گوشی بیرون رفت. افسون گاهی از پنجره نگاهش می‌کرد. پدرش عصبی بود. دستش را تکان می‌داد و صورتش برافروخته بود. افسون بیرون رفت. آهسته و با اشاره پرسید کیه؟ پدرش با اشاره گفت برو تو. افسون فهمید قضیه جدی است. با دستش به قلبش اشاره کرد یعنی مراقب اعصابت باش. و به ویلا برگشت. سراغ ساک پدرش رفت تا داروهایش را دم دست بگذارد. جعبه داروها را پیدا نکرد. ساک را خالی کرد و با دقت گشت نبود. کیف و ساک خودش را هم گشت. خدایا پس این داروها کجاست؟ به خودش لعنت فرستاد که وقتی پدرش گفته بود خودم داروها را در ساکم می‌گذارم، کنترل نکرده بود. سعی کرد خونسرد باشد. تصمیم گرفت زود به شهر برود و دارو بگیرد. از ویلا بیرون آمد. پدرش را دید که افتاده بود. هنوز زنده بود. به جای اینکه جیغ بکشد، زود به اورژانس زنگ زد. اما دیگر فایده‌ای نداشت...

افسون هرگز نفهمید چه کسی بود که به پدرش تلفن کرد و چه‌ها گفت. شماره‌ای که در گوشی پدرش افتاده بود، از یک تلفن همگانی بود. مشاور به افسون گفته بود برای اینکه زودتر به آرامش برسد، درباره آن تلفن فکر نکند و زودتر به زندگی عادی برگردد. افسون راهکارهای مشاور را پذیرفت و انجام داد. دو ماه بعد حالش بهتر شد.

شبی تصمیم گرفت وسایل پدرش را نگاه کند و با یاد پدرش خوش باشد. افسون از کشویی شروع کرد که همیشه قفل بود. کلیدش را پیدا کرد. پر از خاطره بود. عکسهای کودکی خودش و مادرش، کاستی که صدای سه سالگی افسون در آن ضبط بود، دفترچه‌ای که مربی مهدکودک گزارش روزانه افسون را نوشته بود، یک پاکت که در آن عکس دختربچه‌ای بود. خطی زنانه پشت عکس نوشته بود: "آقایی که برای همه دکتری و برای من و دخترت جلاد! عکس افسانه رو برات می‌فرستم. دخترت دلتنگت شده. اگه نمی‌خوای منو ببخشی، نبخش ولی انتقامش رو سر دخترت خالی نکن." افسانه؟ دختر پدر من؟

افسون همه وسایل پدرش را گشت و فهمید پدرش سالها پیش زنی را صیغه کرده بوده و صاحب دختری شده. آن زن خیانت می‌کند و پدر ترکش می‌کند. علاقه‌مند شد خواهرش را پیدا کند. در یادداشتهای پدرش آدرسی از او نبود. فقط یک تلفن بود. در اینستا گشت ولی ردی پیدا نکرد. به آن شماره زنگ زد. تلفن رفت روی پیغامگیر. افسون خودش را معرفی کرد و گفت پدرش فوت کرده و می‌خواهد خواهرش را پیدا کند. چند روز بعد برایش پیامی آمد: "سلام. افسانه هستم. خواهرت." افسون زود جواب داد: "من تصادفا فهمیدم خواهری به اسم افسانه دارم. نتونستم شما رو پیدا کنم." افسانه سه ساعت بعد جواب داد: "اگه دوس داری، فردا ساعت هفت بیا کافه بلوط."

افسون خوابش نمی‌برد. هیجان داشت. خوشحال بود که دیگر تنها نیست و خواهر دارد. کتری جوش آمده بود. چای سبز دم کرد و به ساعت نگاه کرد. هنوز تا ساعت هفت غروب خیلی مانده بود.

افسانه در کارگاه آبنبات‌سازی کار می‌کرد. خانه‌ای مستقل داشت که پدرش برایش رهن کرده بود. شش ماه بود با **عظیم** دوست شده بود. آن روز عصر عظیم هم با افسانه آمده بود. دختر زیبایی بود که یک سر و گردن از افسون سر بود. تیپ و لهجه‌اش پلنگی بود. فرهنگ و گفتار عظیم هم به خودش شباهت داشت. درباره افسون با او حرف زده بود. عظیم گفته بود: "خره! لج رو بذار کنار. آدم یه خواهر خرپول داشته باشه و به خاطر یه غرور لجنی نره دس‌بوسش؟ نون جفت‌مون تو روغنه. فکرشو بکن! آدم یهو از ته نازی آباد بره بالای نیاورون."

وقتی وارد کافه شدند، افسون از تریپ آنها یکه خورد ولی چیزی بروز نداد. افسانه بلند حرف می‌زد: "چه خواهر دسته گلی دارم. می‌بینی عظیم چه نازه؟ از اون دیپلم به بالاهاس." او و عظیم زود با افسون صمیمی شدند. آن شب افسانه به خانه افسون رفت. عظیم خیلی سعی کرد خودش را تحمیل کند اما افسون مودبانه او را راه نداد. بعد از اینکه داخل خانه شدند،

عظیم جلو در نشست و هی به افسانه پیام داد که راضیش کن منم بیام تو. از وضع و وسایل خانه هم می‌پرسید. افسانه جوابهای کوتاهی می‌داد. هر وقت هم عظیم ناامید می‌شد می‌خواست برود، می‌گفت: "حالا یه خورده دیگه صبر کن ببینم چکار می‌تونم بکنم."

افسون مودب و آداب‌دان بود ولی افسانه با آداب چنان خانه و فرهنگی بیگانه بود. لحنش خشم داشت: "خوش به‌حالت! مفت مفت می‌خوری و مستراب‌تون رو پر می کنی. ما بدبخت بیچاره‌ها همیشه یبوست داریم... عجب مبلایی داری! بالای پنجاه میلیون می‌ارزه. لابد کلی هم طلا ملا داری! من که دو سه تیکه بدلی بیشتر ندارم." افسون: "من اهل طلا جواهر نیستم. چند تیکه دارم گذاشتم تو کابینت بالایی. هر کدوم رو خواستی، بردار." افسانه پوزخند زد: "تو اینهمه ثروتو از کجا آوردی؟ دستای نرمت میگن هیچوقت کار نکردی..." افسون سردش شد. حس خوبی نداشت. جواب نداد. افسانه به صورت او بُراق شد: "این ثروت ارثیه بابای منه. چرا باید همه‌ش به تو برسه؟" افسون بلند شد. نفس عمیق کشید. با لحنی لرزان گفت: "دوست ندارم درباره ارث حرف بزنیم. من خودم با کمال میل سهمت رو می‌دادم." افسانه:

"از دستت برنمیاد سهمم رو بدی. بیست و سه سال دور از بابام زندگی کردم. تو همیشه با بابات بودی. از اول تو رو بهترین مدرسه فرستاد. من چی؟ سهم عمری و سرنوشتی رو که خراب شده، چطوری میدی؟" افسون: "من واقعاً معذرت می‌خوام که بابام رفتار بدی با تو داشته. اگه اشکالی نداره، برم تو اتاقم یه خورده ریلکس کنم. بعد میام با هم حرف می‌زنیم."

عظیم باز پیام داد. افسانه برایش نوشت. نیم‌ساعت صبر کن. دارم راضیش می کنم. دیگه پیام نده تا خودم بگم." به آشپزخانه رفت. پیشبند بست. دستکش ظرفشویی را دستش کرد. چاقوی بزرگی برداشت و در اتاق افسون را زد. چاقو را پشتش قایم کرد. افسون در را باز کرد. افسانه لبخند زد: "حرفایی که زدم، شوخی بود. سیب‌زمینی سرخکرده دوس داری؟" افسون او را بغل کرد: "الهی من قربون خواهر عزیزم بشم." افسانه فشار آورد و او را یک

**با گریه و بی‌حالی قصه پیدا کردن خواهرش را تعریف کرد و گفت "من خواب بودم. عظیم بیدارم کرد. دستاش خونی بود. وحشت کردم. گفت داشتم جواهرات خواهرت رو از تو کابینت برمی‌داشتم، خواهرت رسید مجبور شدم بکشمش**

قدم داخل اتاقش برد. تیغه چاقو را به پهلوی راست او فرو کرد. افسون افتاد. نگاهش پر از تعجب بود. افسانه ضربه اصلی را به سینه او زد. پتویی رویش کشید، چاقو و دستکش و پیشبند را انداخت و بیرون آمد. خودش را در آینه نگاه کرد. خونی نبود. کمی آب خورد. از کاری که کرده بود، پشیمان شد. به خواهرش سر زد. مرده بود. بیرون آمد. در را قفل کرد. کلید را برداشت و به عظیم پیام داد:

"بیا بالا. ولی ساکت و بی‌صدا باش."

عظیم آمد. به او گفت "رفته بخوابه. نمی‌دونی چقدر طلا داره!" عظیم دماغش را بالا کشید: "خوش به حالش. به تو هم میده؟" افسانه: "خیلی خسیسه." و او را وسوسه کرد جواهرات افسون را بردارد و به خانه برود. یکی از صندلی‌ها را کنار کابینت کشاند. رویش رفت. جعبه جواهرات را پایین آورد. صندلی را سرجایش گذاشت و جعبه را باز کرد. چشمهای عظیم گرد شد: "عجب ثروتی!" افسانه کلید اتاق افسون را در جعبه انداخت و جعبه را در ساک دستی گذاشت و به او داد: "برو خونه تا بیام."

***

افسانه هشت صبح به پلیس زنگ زد و گفت دوست پسرش خواهرش را کشته و جواهرات او را دزدیده. از کلانتری برای بررسی موضوع آمدند. افسانه که نقش‌باز خوبی بود، با گریه و بی‌حالی قصه پیدا کردن خواهرش را تعریف کرد و گفت "من خواب بودم. عظیم بیدارم کرد. دستاش خونی بود. وحشت کردم. گفت داشتم جواهرات خواهرت رو از تو کابینت برمی‌داشتم، خواهرت رسید مجبور شدم بکشمش. پاشو فرار کنیم... من از هول بیهوش شدم. هشت صبح به هوش اومدم. دویدم طرف اتاق خواهرم. در قفل بود. بعدش به شما زنگ زدم. مطمئنم عظیم رفته خونه من. آخه با هم زندگی می کنیم."

افراد پلیس آدرس خانه او را گرفتند و به مرکز اطلاع دادند. قبل از اینکه او را بازداشت کنند و بیاورند، کاراگاه نوبخت به محل جنایت آمد. افسانه در هال روی کاناپه دراز کشیده بود. به او آرامبخش تزریق کرده بودند. پزشک سفارش کرده بود جسد خواهرش را نبیند. نوبخت به اتاق قتل رفت و آنجا را با دقت نگاه کرد. گزارش کلانتری و اظهارات افسانه را خواند. دکتر رعنایی هم آن را مطالعه کرد و گفت "چه قصه غم‌انگیزی! یه پدری می‌میره. دخترش که فکر می کرده تک فرزنده، متوجه میشه خواهر داره. همدیگه رو پیدا می کنن اما یه پسر ناجور هم این وسط بوده که به خاطر یه جعبه جواهر افسانه رو می کشه." نوبخت: "افسون کشته شده افسانه همونه که بیرون از حال رفته."

دکتر رعنایی: "منظورم همون بود." نوبخت پرسید: "به نظرت می‌تونم از افسانه چند تا سؤال کنم؟" دکتر: "تا یک ساعت دیگه تمرکز نداره." نوبخت: "پس صبر می کنیم اما حدس می‌زنم عظیم قاتل نیست."

عظیم را آوردند. خیلی ترسیده بود. جعبه جواهرات و کلید اتاق افسون با او بود. قسم می‌خورد اصلاً خبر ندارد افسون کشته شده. دکتر رعنایی: "پس این کلید و جواهرات پیش تو چکار می کنه؟" عظیم: "اینا رو افسانه داد گفت ببرم خونه." افسانه با ناله: "چرا دروغ میگی؟ چرا خواهرم رو کشتی؟ چرا داغدارم کردی؟" و شروع کرد به جیغ و داد و گریه و خودش را زدن. نوبخت با تحکم گفت: "ساکت باش خانم! درک می کنم ناراحتی اما بذار ما هم به کارمون برسیم. حرفایی رو که به افسر کلانتری گفتی، به من هم بگو." افسانه هرچه را که قبلاً گفته بود، دقیقاً برای نوبخت تعریف کرد. کاراگاه به سربازش گفت: "بهش دستبند بزن. به جرم قتل. به عظیم هم دستبند بزن به جرم سرقت." افسانه با خشمی ساختگی گفت: "شما فکر کردین من هیولا هستم که خواهرم رو با چاقو بزنم؟" نوبخت: "همین حرفت هم نشون میده قاتلی چون گفتی جسد رو ندیدی. کسی هم بهت نگفت با چی کشته شده. خانم من دلایل محکمتری هم دارم که ثابت می کنه شما قاتلی. ببرینش!"

پیش از انجام هر کاری، آن را در ذهنتان بپرورانید، سپس عمل کنید ● سنکا

### جواب معمای قاتل حیله گر

*دست راست آرزو پانسمان بود و چون با دست چپ چای ریخته بود. دسته قوری و کتری به سبک چپ‌دستها تنظیم شده بود. نوبخت خیلی دیر از ساک جواهرات حرف زد چون البرز بیهوش بود و تا وقتی که به هوش نیامد، کسی نمی‌دانست ساکی بوده و قاتل آن را سرقت کرده. برنده این معما: منیر شاهرخیان از تهران با شماره ۳۵۶۲ (×××) ۰۹۱*

### هوش آزمایی

چرا نوبخت حدس زد عظیم قاتل نیست؟ در دوران خوب تعطیلات نوروزی وقت دارید به این معما فکر کنید. جواب خود را به این شماره پیامک کنید ۰۹۳۶۶۴۰۱۹۴۹

## مسابقه بزرگ داستان نویسی

دوره چهاردهم

زیر نظر: علی‌اصغر شیرزادی

# شربت سرفه

هایده نثری ـ تهران

**"شربت سرفه" نوشته "هایده نثری" همچون دیگر داستانهای کوتاهی که از این نویسنده خوش قریحه در این صفحه چاپ شده، با سادگی زبان و شفافیت روایت در باز آفرینی خلّاق برشی از زندگی واقعی، ویژگی می‌یابد. "هایده نثری" که چند سال پیش به عنوان یکی از نویسندگان برتر در دوره‌ای از این مسابقه معرفی شد، در داستان نویسی پرهیزی آگاهانه دارد از احساساتی گرایی محوری (سانتی مانتالیزم)**

تاریکی غروب ابری پشت شیشه‌های تنها پنجره اتاق فرو می‌افتاد. صدای سرفه‌های خشک مرد سکوت اتاق را بر هم زده بود. زن که مشغول پاک کردن سبزی بود، زیرچشمی نگاهی به مرد کرد و گفت:

"عباس آقا آخه این چه وضعی‌یه که برای خودت درست کردی؟ یک کم به فکر زن و بچه‌ات باش. از صبح تا شب می‌شینی گوشه اتاق سیگار می کشی و سرفه می کنی... آخه اینم شد زندگی؟! نه کاری، نه درآمدی، اگه منم از همسایه‌ها خواهش نمی کردم که براشون سبزی پاک کنم تا چندرغازی گیرم بیاد، الان باید گدایی می کردیم."

پسر ده ساله‌شان گفت: "مامان، دفتر مشقم داره تموم میشه. چی کار کنم؟" زن نگاهی به پسرشان حمید کرد و آهی کشید. بعد هم به آرامی گفت: "باشه پسرم؛ بذار پول این سبزی‌ها رو بگیرم؛ برات دفتر می‌خرم."

پسرک سرش را پایین انداخت و چیزی نگفت. عباس آقا دود سیگارش را به هوا فرستاد و سپس به همسرش گفت: "آخه زن مگه تقصیر من بود که کارخونه ورشکست شد و من بیکار شدم؟ خودت که دیدی، به هر جا که رفتم و میرم خبری از کار نیست... زن سبزی‌های پاک شده را درون کیسه‌ای پلاستیکی ریخت و درش را بست. با خستگی از جا بلند شد و آشغالهای سبزی‌ها را درون روزنامه پیچید و به آشپزخانه برد. بعد از چند دقیقه که گذشت، چادر کهنه سفیدش را که خال‌های آبی درشت رنگ پریده داشت به سرش کرد. کیسه سبزی‌های پاک شده را برداشت و رو به همسرش، با صدایی آرام گفت: "نه عباس آقا به اندازه کافی سعی نکردی و نمی کنی..." مگر چند روز پیش زن همسایه نگفت که شرکت شوهرش یه آبدارچی می‌خواد و تو گفتی در شأن من نیست برم آبدارچی بشم و باید کار بهتری پیدا کنم. نه اینکه قبلاً پشت میز می‌نشستی! یه کارگر ساده بودی دیگه... حالا اون هیچی مگه علی آقا مغازه‌دار سر کوچه نگفت من دست تنهام بیا شاگردم شو. چرا قبول نکردی؟ چون فعلاً انگار خیالت راحته که زنت کار می کنه تو هم از صبح تا شب می‌شینی پای تلویزیون و سیگار دود می کنی... به خدا من دیگه خسته شده‌م."... زن بعد از گفتن حرفهایش که مثل یک تکه بغض در گلویش گیر کرده بود، از در بیرون رفت.

نیم ساعتی گذشت و زن برگشت با پولی که بابت فروختن سبزی‌های پاک کرده گرفته بود، نان و تخم مرغ و مقداری پنیر خریده بود. بعد انگار که چیزی را به یاد آورده باشد رو به پسرش گفت: "ای وای، حمید جان! آن قدر فکرم مشغوله که یادم رفت برات دفتر بخرم" دست کرد توی کیف پارچه‌ای کوچک و سیاهش و اسکناسی درآورد و گفت:

"بیا این پول رو بگیر و خودت برو سر کوچه دفتر بخر."

صدای سرفه‌های خشک مرد بلند شد و در میان سرفه‌هایش گفت: "پوران خانم، می خواستی یه دوایی هم برای سینه بخری! مُردم بس که سرفه کردم..." زن بی‌اعتنا به حرف عباس آقا به آشپزخانه رفت تا غذایی درست کند. چند دقیقه بعد ناگهان صدای شکستن چیزی از آشپزخانه به گوش

# بابا برمی گردد...

غلامعلی چریکی ـ گچساران

**"بابا برمی گردد..." نوشته غلامعلی چریکی نویسنده پرتجربه و فروتن و بی‌ادعا، همچون دیگر داستانهای کوتاه او ساده و گیراست و نشان بارزی دارد از صمیمیت عاطفی و واقع گرایی خلّاق این داستان نویس قدیمی و یار و همراه دیرین "اطلاعات هفتگی".**

**اخیراً مجموعه داستان "دارا" سارای تو کجاست؟" به قلم "غلامعلی چریکی" توسط انتشارات "کتاب نیستان" چاپ و منتشر شده است.**

نامش هانیه است. دختری که حالا بزرگ شده، از همان اوان کودکی با یک شاخه گل سرخ کنار در ورودی خانه شان می‌نشست و به انتهای کوچه چشم می‌دوخت و منتظر می‌شد؛ منتظر آمدن پدرش. و چون از آمدن پدرش خبری نمی‌شد به درون خانه می‌رفت و گریه را سر می‌داد و با صدای گریه آلود به مادرش می گفت: "مامان، چرا بابام نیومد؟ من بابامو می‌خوام". مادرش پنهانی اشک می‌ریخت و چیزی نمی گفت.

اینک سالها از آن زمان گذشته است اما هنوز دختر مثل همان وقتها جلوی در می‌نشیند و با یک شاخه گل سرخ که توی دست گرفته منتظر می‌ماند. مادرش قبلاً بارها به او گفته بود: "دخترم تو دیگه بزرگ شده‌ای؛ زشته برای تو که با یک شاخه گل جلوی در بنشینی. همسایه‌ها و بقیه مردم پشت سرت حرف می‌زنند!"

هانیه هر بار با چهره‌ای غمگین و چشمانی که نم اشک در آن دیده می‌شد، به مادرش گفته بود: "بذار مردم هرچی می‌خوان بگن. من تا آخر عمرم جلوی در خونه‌مون می‌شینم تا بابام بیاد!"

همان جمله‌ای را که در دوران کودکی تکرار می کرد باز تکرار کرد: "من بابامو دوست دارم. من بابامو می‌خوام..."

و بعد یاد کودکی‌هایش در ذهنش تداعی شد. یاد آن روزهایی افتاد که پدرش او را بغل می کرد و به پارک می‌برد. او را روی تاب می گذاشت و آرام تاب را هل می‌داد و هانیه از این تاب بازی غرق شادی و خنده می‌شد. بعد پدرش برایش بستنی قیفی می‌خرید و چه لذتی داشت خوردن بستنی در کنار پدر. باز به یاد آن روز افتاد، روز آخر، روزی که پدرش یک لباس ساده نظامی پوشیده بود و ساکی توی دستش بود و جلوی در خانه توی کوچه ایستاده بود. مادرش با یک کاسه آب همراه با هانیه جلوی در ایستاده بودند. پدرش هانیه را در بغل گرفت و بوسید و مهربانانه گفت: "دخترم، من دارم میرم مسافرت اما زود برمی گردم..."



عکس تزئینی است

هانیه کودکانه خندید. دست در گردن پدرش انداخت و چهره‌اش را بوسید و گفت: "بابا قول میدی که زود برگردی؟"

پدرش با لبخند گفت:

"آره بابا جون، قول میدم که زود بیام."

وهانیه گفت: "بابا حتماً زود بیا چون من خیلی دلم برات تنگ میشه. خیلی!"

پدرش خندید. دوباره او را بوسید و بعدهانیه را به مادرش سپرد و در حالی که ساک توی دستش بود، در کوچه دراز شروع

رسید. پسرک با شنیدن صدا سراسیمه به طرف آشپزخانه دوید و مادرش را دید که در حال جارو کردن خرده شیشه‌هاست.

پرسید: "چی شده؟ مادر، چی شکست؟" مادر که پسرش را هراسان دید، دستی به سر او کشید، گفت: "چیزی نیست پسرم، نگران نشو. می‌خواستم برای پدرت آب جوش ببرم تا کمتر سرفه کنه که یکهو حواسم پرت شد و لیوان از دستم افتاد و شکست. حالا تو از این جا برو بیرون تا من کف آشپزخونه رو تمیز کنم؛ نکنه خرده شیشه بره به پات."

پسر که خیالش راحت شده بود گفت:

"مادر جون پس من برم دفتر بخرم؟"

مادر به علامت رضایت سرش را تکان داد.

پسرک بیرون رفت و خیلی زود برگشت و یک راست به سراغ پدرش که سرفه می کرد رفت.

مادر با دیدنش گفت: "پس دفترت کو؟" حمید شیشه کوچکی از جیبش درآورد و گفت: "مامان، دفتر من هنوز چند صفحه کاغذ سفید داره، فکر کردم حالا بهتره برای بابا شربت سینه بخرم تا دیگه این قدر سرفه نکنه و خوب بشه." سکوت اتاق را در آغوش گرفت و مادر هم پسرش را.

پس از چند لحظه سکوت اتاق شکست، با صدای هق هق گریه زن و سرفه‌های خشک و ممتد مرد که چشمهایش بارانی شده بود.



به رفتن کرد. همسرش پشت سرش آب پاشید. او به رفتن ادامه داد. در انتهای کوچه برگشت و برای هانیه و مادرش دست تکان داد. هانیه و مادرش هم برای پدر دست تکان دادند. او رفت و در خم کوچه ناپدید شد.

***

اکنون سالهاست که هانیه هر روز جلوی در خانه‌شان می‌نشیند و به انتهای کوچه چشم می‌دوزد، به امید آمدن پدرش، هنوز نمی‌داند که پدرش در یکی از عملیاتهای جنگ در جبهه مفقودالاثر شده. اسمش توی لیست شهدا و اسرا نبود و نامش جزء مفقودین ثبت شده بود. هنوز که هنوز است گروه تحقیق و تفحص شهدا رد یا نشانی از او پیدا نکرده‌اند و سالهاست که هانیه همچنان منتظر است. زمانی که کودک بود یکی دو بار همسایه‌ها با دلسوزی از او پرسیده بودند: "هانیه منتظر کی هستی؟" او گفته بود: "منتظر بابام." و یکی پرسیده بود: "مطمئنی که بابات میاد؟"

و او گفته بود که "آره بابام برمی گرده... قول داده؛ آخه بابای من خیلی مهربونه." و اینک که بزرگ شده و بسیار سالها از آن زمان گذشته همه اهل محل و محله‌های اطراف در این سالها فهمیده‌اند که دختری که هر روز با یک شاخه گل جلوی در خانه‌شان می‌نشیند و به انتظار آمدن پدرش چشم به انتهای کوچه می‌دوزد بعد از این همه سال هنوز هم وقتی کسی از او می‌پرسد: "هانیه منتظر کی هستی؟"

جواب می‌دهد: "منتظر بابام..." و بعد بلافاصله ادامه می‌دهد:

"بابام به من قول داده که میاد؛ آخه بابای من خیلی مهربونه..."

و همه در حالی که اندوهگینانه او را می‌نگرند با افسوس از کنارش می‌گذرند. مادرش همچنان که از پشت پنجره دخترش را نگاه می کند، آرام و بی‌صدا برایش اشک می ریزد.

## پیام و پاسخ

⌑ **آقای محمد پوریوسف ـ آبادان**

مطلبی را که درباره "آدم ماهی ـ پری دریایی" نوشته و فرستاده‌اید ـ در نوع و چهارچوب خود ـ قابل توجه و خواندنی است، اما "داستان" نیست. با تامل بر این نوشته و نوشته دیگری که بر پایه تجربه‌های دریایی‌تان بر قلم آورده‌اید، شاید بتوان گفت که استعداد خاصی در بیان خاطره‌های عینی و ذهنی‌تان به قالب "نقالی" و داستانسرایی شفاهی دارید. برای نوشتن داستان لازم است که به گونه‌ای پیگیر و جدی "داستان" بخوانید و بر کاربرد صناعت (تکنیک) داستان نویسی تسلط پیدا کنید. موفق و شاد کام باشید.

⌑ **آقای افشین نعمت زاده ـ تهران**

"گزارشی از قتل در خیابان الیزابت" را شاید با شتابزدگی نوشته باشید؛ چون پایان آن مبهم و در واقع "ناتمام" و نیمه کاره رها شده است. به نظر می رسد به نوشتن داستانهای جنایی ـ پلیسی گرایش دارید، ولی لابد می‌دانید که در این ژانر هم لزوماً نویسنده ناگزیر از رعایت قاعده‌ها و اسلوب‌های کم و بیش مشخص و تعریف شده‌ای است. به اهمیت عنصر زبان چندحسی و چند ظرفیتی داستانی بیشتر توجه کنید. برایتان موفقیت آرزو می کنم.

⌑ **آقای پرویز مباشر پرویز ـ تبریز**

شبه داستان یا به عبارتی دیگر، داستانواره‌ای که ـ بدون عنوان! ـ فرستاده‌اید نشان از هوش تند و استعداد و ذهن خلاقتان دارد. اما، به رغم فشردگی و ایجاز روایت که در داستان نویسی امروز برای نویسنده امتیاز به حساب می آید، حاصل تلاشتان "معما"گونه و نارسا مانده است. بی گمان با مطالعه متمرکز و خواندن داستانهای ارزشمند نویسندگان حقیقی، می‌توانید داستانهایی کامل بنویسید. موفق باشید.

⌑ **خانم الهام تاجمیر ریاحی ـ اصفهان**

نمی‌دانم چرا نوشتن عنوان برای داستان‌هایتان را از یاد می‌برید؟! آخرین داستان تقریباً پرحجمی هم که نوشته و فرستاده‌اید عنوان ندارد. درباره این داستان به اختصار می‌توانم بگویم که مضمون قوی و تازه‌ای دارد، اما در اجرا ـ به هر دلیل و علت ـ نتوانسته‌اید آن را به سامان و روشن و بدون پیچ و خمهای زائد از آب درآورید. آشفتگی در روایت و رفت و بازگشت از واقعیت به افسانه و فراواقعیت ـ بدون رعایت الزامها و منطق متن ـ به حاصل کار و تلاشتان لطمه زده است. پیشنهاد می کنم به شما نویسنده خوش قریحه و بسیار بااستعداد، که با احضار منتقد درونی‌تان در دنیای داستانی خودتان، این داستان را چندین بار بخوانید. تردید ندارم که خودتان به کاستی‌ها و نقص‌های نوشته‌تان پی خواهید برد. در خاطر دارم که چند ماه پیش یک داستان قوی و خواندنی و خوب شما با عنوان "لرزش درونی..." در این مسابقه به چاپ رسید. پس انتظار می‌رود که با هر داستان جدیدی که می‌نویسید گامی به پیش در راه دراز و دشوار داستان نویسی بردارید. شکیبا باشید و دقیق‌تر و عمیق‌تر و جدی‌تر کار کنید و مطمئن باشید که در کسوت یک داستان‌نویس تمام عیار و شش دانگ، آینده را تسخیر خواهید کرد.

⌑ **آقای منصور عالم‌دوست ـ تبریز**

نوشته‌ای که فرستاده‌اید ترکیبی از خاطره و مقاله و گزارش است. زبان نوشتاری پاکیزه و روشنی دارید و می توانید مقاله‌ها و گزارشهایی خوب و خواندنی برای روزنامه‌ها بنویسید. موفق باشید.

چیزی وحشتناک‌تر از این نیست که اعمال یک انسان تابع اراده دیگری باشد ● کانت

# الولید چگونه منهدم شد

عکس :احسان کاظملو

لازم است اشاره کنم که ده فروند فانتوم (۸ فروند اصلی و ۲ فروند رزرو) در دو دسته ۴ تایی در شرایط کاملاً حفاظتی از پایگاه شهید نوژه همدان پرواز می کنند و پس از سوختگیری بر فراز دریاچه ارومیه از نوار مرزی ترکیه وارد عراق می شوند و بعد از یک سوختگیری مجدد به سمت پایگاه الولید می‌روند، آنجا را بمباران کرده و برمی گردند. لیدر یک دسته سرهنگ براتپور و لیدر دسته دیگر سرهنگ فرهادپور و فرمانده عملیات هم سرهنگ براتپور بودند.الولید که مهمترین پایگاه نیروی هوایی عراق بود و در مرز اردن بود آنقدر با ایران فاصله داشت که هیچکس فکر نمی کرد بتوان بدان حمله کرد به همین خاطر وقتی جنگنده‌های ایرانی بالای پایگاه ظاهر شدند گمان می کردند آنها از ترکیه یا اسرائیل آمده اند. این عملیات و نحوه اجرای آن بویژه موفقیت در آن آنقدر مهم بود که به یکی از دوره‌های درسی در دانشکده‌های خود آمریکا بدل شد.سرتیپ خلبان براتپور را در دوران دفاع مقدس بیش از همه به عنوان قهرمان عملیات الولید یا "اچ ۳" می‌شناسند. این کرمانشاهی متولد ۲۴ که زاده کنگاور است، بعد از آنکه در سال ۴۷ دوره آموزش را در آمریکا گذراند و به ایران برگشت تا سال ۷۷ که بازنشسته شد در نیروی هوایی خدمت کرد و در طول دوران دفاع مقدس در دهها عملیات جنگی شرکت داشت و در حماسه حمله به الولید با "اچ ۳" فرمانده آن عملیات غرور آفرین بود، در ادامه گفتگو با خلبانان که چندی پیش در دفتر مجله صورت گرفت پای صحبت‌های این عزیز می‌نشینیم.

### * صحبتهای تیمسار براتپور

بنده سرتیپ ۲ خلبان فرج الله براتپور هستم که در ۱۳۲۴/۶/۸ به دنیا آمدم. کرمانشاهی هستم. تحصیلاتم را در همان شهر گذراندم و سال ۴۴ آمدم دانشکده خلبانی. لازم است بگویم که وقتی اطلاعیه جذب نیرو برای خلبانی و فراخوان آن اعلام شد استقبال برای ثبت‌نام آنقدر زیاد بود که وقتی خودم روز امتحان رفتم، صف طویلی از داوطلب شکل گرفته بود که بی‌اغراق حدود دو هزار نفر می‌شد تا در اولین امتحان که امتحان ورزش بود شرکت کنند. بالاخره پس از چهار ماه که آزمونها و امتحانات مختلف از داوطلبان به عمل آمد ۲۵ نفر پذیرفته شدیم که ۱۰ آبان ۴۴ وارد نیرو شدیم و لباس پوشیدیم. قبل از ما در بهمن ۴۳ نود نفر آمده بودند. ۱۸ نفر هم یک ماه قبل از آنها آمده بودند. آن زمان اعزامها در قالب کمک نظامی آمریکا به ایران صورت می گرفت که در این قالب به آمریکا می‌رفتیم و دوره می‌دیدیم. چون مدتی بود بورس نیامده بود، بیست نفری را فرستاده بودند پاکستان. آنها اولین نفراتی بودند که به جای آمریکا به پاکستان فرستاده شدند.

(جناب هوشنگ صدیق که فرمانده نیروی هوایی شدند از جمله همین افراد بودند!) در پایگاه آموزشی ما که در ۷۰ مایلی سن آنتونیو قرار داشت ۳۴ نفر دوره خلبانی را با موفقیت گذراندند که تنها من بین آنها آمریکایی نبودم.

اول اردیبهشت ۴۶ بنده و مرحوم علی دینانی، اتنی عشری و نوری به عنوان آخرین افراد مشمول کمک نظامی آمریکا برای آموزش عازم این کشور شدیم. یعنی ما چهار نفر آخرین افراد بورسیه کمک نظامی آمریکا به ایران بودیم و بعد از آن ایران هزینه بورسیه را می‌پرداخت که یک میلیون و دویست هزار برای هر خلبان بود که چه در پاکستان و چه در آمریکا آموزش می‌دیدند. فرق ما که بورسیه کمک نظامی بودیم و آنها که بورسیه خود ایران بودند این بود که ما روزی ۸ دلار حقوق می گرفتیم و آنها روزی ۳۳ دلار می گرفتند خلاصه مهر ۴۷ بود که ما برگشتیم و درجه ستوان دومی را در جشن فارغ التحصیلی شاه به ما داد، بعد آمدیم برای آموزش اف ۵ که مرحوم سروان رضا یزدانی فرمانده گردان ما بود و جناب معرفت و دهناوی و تابشفر هم معلمین ما بودند. دو ماهی از دوره آموزشی ما می گذشت که یک شب آژیر زدند و ما را خواستند. رفتیم و به ما نقشه دادند که روابط ایران و عراق به هم خورده و باید به مراغه برویم.

فردا صبح با تعدادی اف ۵ به سمت مراغه حرکت کردیم که البته فقط یک باند در آنجا بود و پایگاه محسوب نمی‌شد، اما دیدیم که هیچ امکاناتی ندارد و ضمناً جای مناسبی برای استقرار جنگنده‌ها نیست. خلاصه یک شب آنجا بودیم که خیلی هم بد گذشت و فردا صبح هم به تبریز رفتیم که آن موقع پایگاه نبود و فقط فرودگاه بود و استتار هم نمی‌شد لذا چند کامیون شن آوردند و کنار رمپ ریختند و خلاصه ما همگی شروع کردیم به پر کردن گونیها و درست کردن سنگر. به هر حال دو ماهی در آنجا حضور داشتیم تا اینکه مساله منتفی شد. در تبریز وضع خوبی و آپارتمان خوبی هم داشتیم که من و همدوره‌ایم مجید تبریزی ماهی هفتصد تومان اجاره می‌دادیم که آپارتمان شیکی هم بود. به هر حال دو ماهی هم آنجا بودیم و خانه را تحویل دادیم و به همدان رفتیم و بقیه دوره آموزشی را در همدان گذراندیم تا مهر ۵۱ در همدان من با اف ۵ پرواز می کردم و حدود هزار ساعت سابقه پرواز داشتم. درجه‌ها هم اینطور بود که اگر خلبان ارشد می‌شدیم یک ستاره و اگر فرمانده می‌شدیم دو ستاره می گرفتیم. به هر حال من با هزار ساعت پرواز به عنوان لیدر ۳ شرایط لازم را برای پرواز با اف ۴ پیدا کردم و یکسره به کابین جلوی اف ۴ رفتم و دیگر در کابین عقب هم نرفتم و یک سال هم در تهران آموزش کابین جلوی اف ۴ را دیدیم و در سال ۵۲ دوباره به همدان برگشتم و تا سال ۵۴ در همدان بودم که جناب طوسی هم در همدان بودند و خدمت این عزیز هم بودیم و در یک گردان هم خدمت می کردیم که خدا رحمت کند شهلایی فرمانده گردان ما بود که از مدیران شریف و بزرگی بود و در آمریکا هم درگذشت. سال ۵۴ زمانی که پدرم به رحمت خدا رفته بود و هنوز چهلمش نشده بود به من گفتند بیا برای لیدری یک گروه پروازی چهار فروندی برو همدان و برگرد.

رفتن همان و سه ماه ماندن همان و من هم هر چه گفتم من هنوز چهلم پدرم نشده گفتند برو زود برمی گردی اما این زود شد ۳ ماه. خدا رحمت کند تیمسار مصطفوی را که به من گفتند ایشان علاقه‌مند است شما بمانی. در هر صورت ما از آنجا هم منتقل شدیم به بوشهر که تا سال ۵۸ در بوشهر بودیم. البته الان پایگاه بوشهر خیلی خوب شده اما زمانی که ما به بوشهر رفتیم اصلاً آب نبود. سال ۵۶ این لوله آب را از غارشاپور کشیدند که اول به پایگاه آب می رسید و بعد



به شهر می‌رفت. . این را بگویم که من از ۲۳ بهمن ۵۷ مسئول لجستیک پایگاه شدم چرا که مسئول لجستیک را اشتباهی بازداشت و به تهران بردند و متأسفانه محکوم و مجازات کردند که به هر حال من شدم مسئول آن هم بدون حکم که بدترین شغل در آن زمان بود چرا که بدون اینکه پروازی باشد باید از این سرمایه‌ها محافظت می کردیم. تا اینکه جریان کردستان و پاوه پیش آمد.

سرلشکر باقری روحش شاد به خاطر آشنایی که از زمان پرواز با اف ۵ با من داشت از من خواست به همدان بروم که من رفتم همدان و معاون لجستیک بودم تا اینکه جنگ شروع شد. به خاطر اینکه در مأموریت حمله ۱۴۰ فروند حضور نداشتم تمام وجودم ناراحت بود. آنقدر ناراحت بودم که گفتم چرا من نباید می‌بودم؟ من اصلاً این شغل را نمی‌خواهم. اول به فرمانده پایگاه زنگ زدم و گفتم که آقا من این شغل را نمی‌خواهم چون باید مثل بقیه پرواز کنم، گفت باید با فرمانده نیرو صحبت کنم. زنگ زدم به فرمانده جناب فکوری. ایشان گفت که نه، تو مسئولیت داری و نباید پرواز کنی. کار خودت را انجام بده. گفتم خیر. این شغل را نمی‌خواهم، می‌خواهم مثل بقیه پرواز کنم. خلاصه آنقدر اصرار کردم که دست آخر گفت: می‌دونی اگر بگیرندت چه کارت می کنند؟ گفتم خیالتان راحت. من قول شرف می‌دهم اگر مرا زدند که هیچ اما اگر نزدند قول می‌دهم زنده به دست آنها نیفتم یا فرار می کنم یا خودم را می کشم. خلاصه آنقدر گفتم که سر این قول به من اجازه داد پرواز کنم که من از روز دوم پرواز را شروع کردم. در همان ماه اول حدود سی پرواز جنگی انجام دادم که تعداد زیادی از آنها آنطرف مرز و تعدادی هم پشتیبانی بود. در طول جنگ هم تقریباً در تمام عملیاتها حضور داشتم و واقعاً هم دوست داشتم. در عملیات مرصاد هم فرمانده نیرو اجازه نداد و گفت پایگاه در خطر است و باید بمانی. در هر صورت لازم است بگویم که اگر نیروهای هوایی نبود صدام به اهدافش می‌رسید و این نیروی هوایی بود که صدام را زمینگیر کرد. همین کمان ۹۹ و حمله ۱۴۰ فروند فقط مال یک عملیات و یک روز بود. آن هم فقط صبح. تا غروب همان روز ۳۴۳ سورتی پرواز انجام گرفت که ۲۲۳ سورتی آن داخل خاک عراق بود. همان روز اول مهر. اینها را مردم نمی‌دانند. مردم مطمئن باشند اگر نیروی هوایی نبود صدام در همان ماه اول صد در صد خوزستان را گرفته بود. همین پایگاه همدان بلند می‌شد و جنوب ناصریه را می‌زد. پایگاه همدان از شمال تا جنوب عراق را می‌زد. به هر حال ما تمام پایگاههای آنها را می‌زدیم بجز الولید(اچ ۳) وقتی که خبر رسید عراق تعداد زیادی از هواپیماهایش را به آنجا منتقل کرده ابتدا به همان تبریز گفته شد

> **گفت: می‌دونی اگر بگیرندت چه کارت می‌کنند؟ گفتم خیالتان راحت. من قول شرف می‌دهم اگر مرا زدند که هیچ اما اگر نزدند زنده به دست آنها نیفتم یا فرار می‌کنم یا خودم را می‌کشم...**

که تبریز نمی‌توانست اقدام کند. در همدان یادش بخیر جناب صابونچی بود و من و گلچین. آمدیم روی نقشه نگاه کردیم و دیدیم که کار ما نیست، چون آنقدر دور است که نمی‌توانیم به آن برسیم. لذا بلافاصله مطلب را به فرمانده نیرو منتقل کردیم و فرمانده نیرو آن را به معاون عملیاتی داده بود و معاون هم آن را به گروه طرح داد که در رأس آنها دلاور مردی به نام مرحوم بهرام هوشیار بود که انصافاً نابغه ای بود. به هر حال طراحی را ایشان صورت داد و به این نتیجه رسید که این عملیات باید در چند پایگاه از جمله اصفهان، تهران، همدان و تبریز و با مشارکت همه آنها انجام گیرد.

هواپیماهای ۷۴۷، ۷۰۷ و سی ۱۳۰ از تهران، اف ۴ از همدان، اف ۵ از تبریز و رادارهای تبریز و همدان و دزفول هم باید مشارکت می کردند، لذا همه باید در جریان قرار می گرفتند و هماهنگ می‌شدند. خلاصه این هماهنگی به عمل آمد و در مرحله اول که لیدر این عملیات جناب صابونچی بود با ۱۴ فروند هواپیما از زمین بلند شدیم و در تاریخ ۵۹/۸/۱۸ که متأسفانه هم اشکال بنزین گیری داشتیم و هم لو رفتن عملیات که به هر حال بدون انجام عملیات برگشتیم و در همدان نشستیم. جناب طوسی هم در عملیات بودند. مرحله دوم در ۱۸ بهمن ۵۹ به لیدری جناب گلچین صورت گرفت که ده فروندی برخاستیم که روی دریاچه ارومیه در حال بنزین گیری بودیم که هوا بسیار خراب شد و برف هم شروع شده بود که به خاطر بدی آب و هوا مجدداً برگشتیم و در همدان نشستیم.

در مرحله سوم یعنی ۲۸ اسفند ۵۹ جناب فکوری من و جناب گلچین فرمانده پایگاه را صدا کرد که رفتیم خدمتشان و فرمودند که بالاخره باید این عملیات انجام گیرد و بنده هم به عنوان لیدر دسته تعیین شدم که جناب گلچین هم خیلی اصرار کردند که در عملیات باشند که جناب فکوری قبول کردند که ایشان هم باشند و بعد آمدیم و نشست مجددی هم به گمانم ۵ فروردین انجام دادیم و سرانجام ۱۵ فروردین عملیات انجام شد، منتهی من این مرتبه نگذاشتم احدی مطلع شود حتی پرسنل فنی از شروع علمیات خبر نداشتند.

زمان عملیات هم نوعی قرنطینه برقرار کردیم که تا زمان زدن بمب کسی حق بیرون آمدن از پست فرماندهی را نداشت. بسیار هم مخفی و در سکوت با چراغ برج بلند شدیم بدون هیچ صحبتی.

حتی بنزین گیری در آسمان هم بدون صحبت انجام شد و تا وقتی که بمبها را به هدف زدیم حتی هیچ راداری را هم روشن نکردیم. حتی مخابرات پایگاه را هم من تعطیل کردم و نتیجه همه این اقدامات این بود که توانستیم موفق عمل کنیم و دشمن را حسابی غافلگیر کنیم. به طوری که صدام اول گفت اسرائیل از طریق مرز اردن به ما حمله کرد و اردن خیانت کرده، بعد گفت ترکیه تا اینکه فهمید کار ما بود. ما دو مرتبه آن طرف بنزین گیری کردیم و در ارتفاع، بسیار پایین ۵۰ متری زیر تانکر این کار را کردیم و در برگشت هم همین‌طور. چون پایگاههای الرشید، کرکوک و موصل سر راهمان بودند و اگر پایین نمی آمدیم رادارهایشان ما را می گرفتند. اینطور بگویم که معمولاً ارتفاع تانکر از زمین باید دو هزار پا باشد اما در این عملیات، بنزین گیری را در ارتفاع هزار پایی یعنی ۳۰۰ متری روی زمین انجام می‌دادیم. چون ما را می زدند... یادم رفت بگویم که خود شهید فکوری به من گوشزد کرده بود که براتی، بالای ۸۰ درصد ریسک داری که شما را بزنند. من هم به همه بچه‌ها گفته بودم که ۹۰ درصد ممکن است برنگردیم و جالب اینکه با این وجود بچه‌ها با لبخند و عشق به عملیات آمدند. پس ببینید غیرت وانگیزه و شجاعت تا کجاست که با وجود علم به این مساله با لبخند به عملیات رفتند...

**براتپور**: به هر حال ما در برگشت دو دسته پروازی دیدیم که خوشبختانه به ما نرسیدند تا اینکه وارد مرز شدیم و بالای دریاچه ارومیه بنزین آخر را گرفتیم و در همدان نشستیم. پرواز ما ۵ ساعت در ارتفاع پایین طول کشید و ۴ هزار کیلومتر رفتیم و برگشتیم.

نتیجه عملیات از نظر سیاسی خیلی مهم بود و بویژه حضرت امام خیلی برایشان مهم بود که روحیه رزمندگان و مردم تقویت شود چون ما تا قبل از آن عملیاتی که بتوان تبلیغ قابل توجهی روی آن داشت، نداشتیم. چراکه ما در دی ۵۹ عملیات نصر را داشتیم که با پاتک عراقیها روبرو شد و وضعیت خوبی ایجاد نشد و در جریان این عملیات ما ۹ هواپیما را هم در جریان چند روز عملیات از دست دادیم. لذا خیلی به یک موفقیت بزرگ نیاز داشتیم که البته اگر در همان روزها عملیات نیروی هوایی در چند روزه عملیات نبود آنها که تا ده کیلومتری اهواز هم رسیده بودند متوقف نمی‌شدند. حالا من تعجب می کنم از اظهارنظرها و کتابهایی که درباره جنگ می‌شود که برخی در همین تلویزیون آمدند و گفتند نیروی هوایی در ماههای اول خوابیده بود. خجالت هم نمی‌کشند که چنین حرفهایی می‌زنند. به هر حال نتیجه این عملیات انهدام حداقل ۴۸ فروند جنگنده و تعدادی هلیکوپتر و هواپیمای پشتیبانی، ۲ آشیانه و ۲ رادار بود که برخی آمار جنگنده‌ها را خیلی بیشتر هم گفته‌اند.

به من بگو با چه کسانی دوست و رفیق هستی، تا بگویم چگونه آدمی هستی

●امرسون

سهراب صفادار

# همبرگر واقعاً ذغالی!



برای رستوران‌های فست فود دیگر ادویه جات معمولی کافی نیستند و باید محصولات خود را چشمگیرتر جلوه دهند. این دلیلی بود که جوهر ماهی مرکب نیز به مجموعه سس‌ها و ادویه‌جات اضافه شد! بله درست خواندید، رستوران برگر کینگ مدتی است که فروش همبرگر جدید خود را آغاز کرده است که از بالا تا پایین سیاه است. موادی که باعث سیاه شدن این همبرگر می‌شوند جز محصولات خوراک عادی روزمره شما نیستند. نان همبرگر و پنیر آن توسط ذغال بامبود سیاه می‌شوند. همچنین سس بدست آمده از سیر و جوهر ماهی مرکب نیز روی این پنیر سیاه و گوشت همبرگر ریخته می‌شود. به این ترتیب یک همبرگر سیاه متالیک خواهید داشت. این همبرگر خاص که "کوروبرگر" نام گذاشته شده است، در دو مدل الماس و مروارید سرو می‌شود. تفاوت نوع الماس با مروارید در این است که نوع الماس آن دارای کاهو، گوجه فرنگی و پیاز خواهد بود که البته رنگ اصلی خود را حفظ می کنند. از زمانی که این رستوران در اول ماه اوت منوی غذایی خود را تغییر داد، بدنبال محصولی متفاوت و جدید برای جلب توجه و جذب بیشتر مشتریان بوده است که با ایده این همبرگر جدید توانست تا حدودی موفق باشد. اما فعلاً این همبرگر تنها در شعبه ژاپن این رستوران سرو می‌شود، شاید به این دلیل که تهیه سس تازه ماهی مرکب در این کشور که غذاهای دریایی رونق دارد راحت‌تر می‌باشد. به هر حال اگر قصد دارید آن را امتحان کنید باید سری هم به ژاپن بزنید.

# برج اسباب بازی

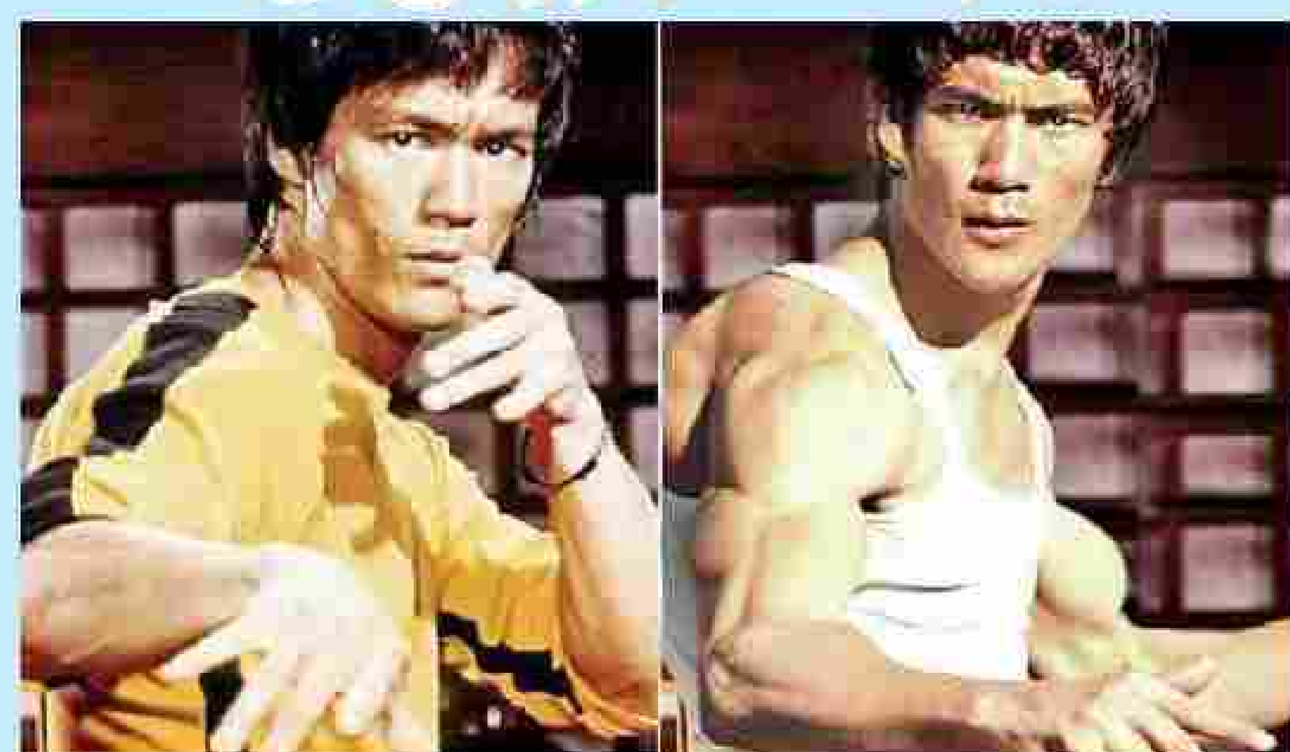




آقای **"استفن بریگز"** ۴ ماه گذشته را صرف ساختن یک برج ایفل کامل از مجموعه اسباب بازی‌های ساختمان سازی کرد. این مرد ۵۵ ساله نمونه‌ای بسیار دقیق و کامل از برج ایفل به ارتفاع ۲۴۰ سانتی‌متر را در حیاط پشتی خانه‌اش ساخته و برای این کار فقط از تکه‌های خانه‌سازی یاهمان لگو استفاده کرده است. او که بازنشسته است و پیش از این راننده اتوبوس‌های مسافرتی بوده، این کار را بدون هیچ دستورالعمل و نقشه ساخت اجرا کرده است. او تمام این چند ماه را صرف تکمیل این پروژه خانگی‌اش کرده است. استفن که علاقه شدیدی به لگو دارد، چندین سال است که این تکه‌های خانه‌سازی را جمع می کند. او فرزندی ندارد و این برج را صرفاً برای خودش ساخته است. استفن آنقدر از این کار خود راضی است که آن را آرامش بخش می‌داند، زیرا عاشق طراحی و ساختن بناهای مختلف با این لگو است. علی رغم زحمت و تلاش فراوانی که برای این کار گذاشته بود، این برج زیبا تنها ۱ روز باقی ماند و روز بعد از تکمیل شدنش، استفن قطعاتش را از هم جدا کرد. او در سال گذشته نیز کار مشابهی انجام داد و یک چرخ و فلک بزرگ با همین اسباب بازی‌ها ساخت که در تصویر آن را مشاهده می کنید.



# بازگشت بروس لی



**"عباس علیزاده"** نام این مرد افغان است که به بروس لی افغان معروف شده است. او در سن ۱۴ سالگی با تماشای فیلم‌های اسطوره هنرهای رزمی یعنی "بروس لی" و تمرین و تقلید حرکات او، تمرین کنگ فو را آغاز کرد. او خود می گوید: "در دوران کودکی، بروس لی قهرمان من بود. شب‌ها خواب او را می‌دیدم و آرزو داشتم که برای مردم به بروس لی دوم تبدیل شوم". او در شهر جنگ زده کابل در افغانستان بزرگ شده است. شاید این آرزو تا حدی برای این مرد ۲۰ ساله به حقیقت پیوسته باشد، بخصوص وقتی که تشابه بدنی و فیزیکی غیر قابل انکار او را با تصاویر بروس لی می‌بینیم. مدت کمی است که تصاویر او در فضای کوچک اینترنت افغانستان پخش شده است اما به سرعت به تمام جهان نفوذ کرد، سپس ویدویی کوتاهی هم از او در حال پشتک زدن و انجام حرکات رزمی که بسیار شبیه حرکات بروس لی است، شهرت او را دوچندان کرد. شهرتش باعث شد که تصاویرش در شبکه‌های اجتماعی هم پخش شود و او حتی نامی را هم مشابه بروس لی برای خود انتخاب کرده است: بروس هازارا. او در این باره می گوید: "بروس لی تنها قهرمان و تنها آرزوی دوران کودکی من است. امروز با افتخار تمام نامم را بروس هازارا انتخاب می کنم. شاید نتوانم مانند او شوم اما تا زمانی که زنده‌ام تلاش می کنم". او در جایی دیگر در مورد علاقه‌اش به هنرهای رزمی می گوید و اینکه امکانات لازم برای تمرین حرفه‌ای را در اختیار نداشته است. او از چهار ماه پیش، یادگیری ووشو را آغاز کرده است و حتی در مبارزه‌ای در کابل هم پیروز شد. در شرایطی که او که یکی از ۱۰ فرزند در یک خانواده فقیر است، والدینش نتوانستند هزینه کلاس‌های باشگاه ووشو را بپردازند، اما مربی او را پذیرفت.




بسیاری از مردم حس خوبی نسبت به کوسه‌ها نداشته و از آن وحشت دارند. به همین دلیل است که دانشمندان هر آنچه در توان دارند انجام می‌دهند تا بتوانند قبل از اینکه تمام کوسه‌های سفید تا حد انقراض شکار شوند، از آنان اطلاعات به دست آورند. چه از آنها بترسید یا نترسید، خبر کشتن و صید غیر قانونی ماهیان خبری ناخوشایند است. دانشمندان در حال بررسی رفتار و حرکات یک کوسه سفید بزرگ بودند و این کار را بوسیله ردیابی که روی آن نصب کرده بودند انجام می‌دادند. تا اینکه چهار ماه بعد، ردیاب آن را در یک ساحل، نزدیک منطقه‌ای که آن را روی کوسه نصب کرده بودند پیدا کردند. اما چطور ردیاب از کوسه جدا شده بود؟ آنچه اطلاعات استخراج شده از ردیاب نشان می‌داد از همه جالب‌تر بود. اطلاعات نشان می‌داد که در یک نقطه، کوسه مذکور به عمق آبها رفته و ناگهان در عمق ۵۸۰ متری، دمایی که ردیاب ثبت می‌کرد به شدت افزایش پیدا می‌کند. این دما نه مربوط به دمای آب آن ناحیه است و نه دمای بدن کوسه می‌توانست اینقدر بالا رفته باشد. این دما تنها می‌توانست در داخل بدن یک جانور دیگر ایجاد شود! بله، یک جانور آن کوسه سفید بزرگ را خورده بود! یعنی اگر از کوسه‌ها می‌ترسید خبر خوب این است که یک کوسه از آبهای اقیانوس کم شده است، اما خبر بد اینکه یک جانور دیگر این کوسه‌ها را خورده است! چه چیزی می‌تواند یک کوسه سفید بزرگ که حدود ۶ متر طول و ۲ تن وزن دارد را تنها در یک حرکت و مانند لقمه‌ای کوچک ببلعد؟ کوسه‌ای بسیار بزرگتر؟ یا جانوری کهن که هنوز هیچ بشری آن را ندیده است؟ دانشمندان هنوز نتوانسته‌اند پاسخی برایش بیابند.

## خداحافظی با چاق‌ترین مرد جهان

"**کیث مارتین**" بریتانیایی که با ۴۴۵ کیلوگرم وزن به عنوان چاق‌ترین مرد جهان شناخته می‌شد در سن ۴۴ سالگی فوت کرد. مارتین بر اثر ابتلا به ذات الریه و پس از سال‌ها درگیری با وزن اضافه خود در گذشت و تنها ۸ ماه از جراحی او برای کوچک کردن حجم معده‌اش به اندازه یک چهارم اندازه اولیه‌اش گذشته بود. افزایش نامتناسب حجم معده او، باعث افزایش پرخوری او شده بود بطوری که روزانه ۲۰ هزار کالری غذا مصرف می‌کرد. رژیم غذایی ناسالم او شامل ۶ تخم مرغ سرخ شده برای صبحانه و وعده‌های ناهار و شام شامل پیتزا، کباب، همبرگرهای بزرگ و میان وعده‌های فراوان بود. او هر روز به اندازه ۳/۵ لیتر قهوه و ۲ لیتر نوشیدنی‌های گازدار می‌نوشید. جراح او، دکتر "کساوا مانور" این جراحی را در بیمارستان هامرتون لندن روی مارتین انجام داد تا بلکه بتواند به مرور وزن خود را کاهش داده و زندگی‌اش را بهبود بخشد. اما زمان زیادی نگذشته بود و مارتین تازه آماده کم کردن وزن شده بود که ذات الریه گریبان او را گرفت. این اتفاق باعث شد که دکتر مانور از زمان مرگ او، هر روز با دولت بریتانیا تماس می‌گرفت و خواستار اعمال مالیات روی غذاهای فست فود و تولید کنندگان آن می‌شد تا از چاقی مفرط جلوگیری شود. آقای مارتین برای مدت طولانی و از زمان مرگ مادرش که او نیز بر اثر ذات الریه فوت کرده بود دچار افسردگی شده و از سن ۱۶ سالگی همواره با اضافه وزن خود درگیر بوده که به افسردگی شدید در ۲۰ سالگی منجر شده بود و بیشتر وقتش را به تماشای تلویزیون و بازی‌های ویدیویی می‌گذراند.



## اسکله قدیمی ساحل باغ سیب

ساحل "باغ سیب" یک ساحل به طول ۱۱ کیلومتر در شهر ماین در آمریکا است. این منطقه نام خود را از یک باغ سیب قدیمی گرفته است که توسط اولین کسی که در اینجا سکنی گزید، یعنی توماس راجرز ساخته شده است که در سال ۱۶۵۳ به این منطقه آمد. این باغ سیب بیش از ۱۵۰ سال دوام آورد و به نمادی از این منطقه تبدیل شده بود و حتی دریانوردان نیز از آن به عنوان نشانه‌ای برای مسیریابی استفاده می‌کردند. اما از سال ۱۸۴۲ و با راه‌اندازی خط راه‌آهن به این منطقه که مسافرانی را از پورتلند به آنجا می‌آورد، ساحل باغ سیب به یک جاذبه توریستی تبدیل شد. اما به غیر از ساحل زیبا و تاریخچه جالب آن، چیزی که امروزه نیز موجب جذب گردشگران از سراسر دنیا می‌باشد، اسکله‌ای چوبی و قدیمی در این ساحل است که چندین خانه و مغازه رویش بنا شده‌اند. عمر این اسکله به بیش از ۱۰۰ سال می‌رسد و اولین بار در سال ۱۸۹۸ ساخته شد. اسکله اولیه از جنس فلز بود. ارتفاع آن از سطح زمین حدود ۶/۵ متر بوده و طول آن ۵۵۰ متر بوده است. در انتهای آن سالن نمایش بزرگی هم قرار داشته است. اما در طی سالیان شماری از طوفان‌ها موجب تخریب آن شده و از طول آن کاسته‌اند. پس از اینکه در سال ۱۹۷۸ خسارت زیادی را در طی یک طوفان قوی تحمل کرد، در سال ۱۹۸۰ این اسکله با چوب بازسازی شد و اکنون حدود ۶ متر از زمین ارتفاع دارد و تا ۱۵۰ متر در میان آبها پیشروی می‌کند. پایه‌های چوبی دراز و مستحکم سازه‌ای را تشکیل داده‌اند که چندین و چند مغازه و فروشگاه، خانه و یک کلوب را روی خود نگه می‌دارند. این مجموعه بیشتر شبیه کوچه‌ای روی دریا است که در دو طرف خود پر از خانه و مغازه است. کنسرت‌های موسیقی و نمایش‌ها و آتش بازی‌ها و بسیاری مراسم دیگر بر روی این اسکله برگزار می‌شود.





# "عید درنا"

نوشته مهدی اصغری

"درنا" سرما را حتی در استخوان‌هایش حس می کرد. شیشه‌های ماشین را برای چندمین بار بررسی کرد؛ همه شیشه‌ها بالا بود و کوچکترین روزنه‌ای در آنها وجود نداشت. بخاری ماشین در بالاترین درجه آن بود ولی انگار هیچ چیز نمی‌توانست جلو نفوذ سرما را بگیرد. برف مستقیم به شیشه ماشینش برخورد می کرد و دید او را مختل کرده بود. ناگهان ماشین لغزید و از جاده منحرف شد. درنا به سختی ماشین را کنترل کرد و ایستاد. ادامه دادن مسیر، منطقی به نظر نمی‌رسید. سعی کرد بر خودش مسلط باشد؛ نفس عمیقی کشید و چشم به صفحه تلفن همراهش دوخت. تلفنش آنتن نمی‌داد و موقعیت‌یاب گوشی هم دچار خطا شده بود. نمی‌خواست امیدش را از دست بدهد ولی ته دلش لرزش خفیفی احساس می کرد. با خودش گفت کاش آمدنش را به همسرش **"پرویز"** و پسرش **"آیدین"** اطلاع داده بود. چندین ساعت پرواز با هواپیما و ساعتها رانندگی خسته‌اش کرده بود. با حساب و کتاب خودش باید دو ساعت پیش به شهر کامیاران می‌رسید ولی تا چشم کار می کرد کوهستان بود و یک ساعتی هم بود که برف حتی قدرت تشخیص اطرافش را از او گرفته بود. چراغ‌های ماشین را روشن کرد، ولی جاده زیر پوششی از برف مخفی شده بود. چاره‌ای نداشت جز اینکه داخل ماشین بماند و منتظر عبور اتفاقی کسی باشد؛ ولی مگر شب عید می‌توانست امیدوار به عبور کسی در جایی که نمی‌دانست کجاست باشد؟

ماشین را روشن گذاشته بود تا از بخاری آن استفاده کند. نشانگر بنزین لحظه به لحظه پایین تر می‌آمد. ضبط صوت ماشین را روشن کرد و به آهنگ‌هایی که با پرویز و آیدین با آنها خاطره داشت، گوش داد. در آن لحظه عاقلانه‌ترین کار ماندن درون ماشین بود. صندلی ماشین را اندکی خواباند و چشم‌هایش را بست. چاره‌ای نداشت جز اینکه داخل ماشین بماند و منتظر عبور کسی از آن نزدیکی‌ها باشد. چند روز گذشته را در ذهنش مرور کرد.

***

برای یک سفر کاری به خارج از کشور رفته بود و قرار بود سفرش تا بعد از تعطیلات عید طول بکشد. همسرش پرویز که مستندساز مشهوری بود، تصمیم گرفته بود در زمانی که او خارج از کشور بود، همراه پسرشان آیدین برای ساخت مستند راهی کردستان شود.

درنا وقتی فهمید که برنامه سفرشان عوض شده و باید به کشور برگردد، برای غافلگیر کردن پرویز و آیدین تصمیم گرفته بود که بی‌خبر، خودش را به آنها برساند. صبح امروز که بیست و نهم اسفند بود پروازش بر زمین نشسته بود و ماشینش را که در پارکینگ فرودگاه پارک کرده بود، سوار شده و راهی کامیاران شده بود ولی حالا بین کولاک گیر افتاده بود و هیچ راه ارتباطی با هیچ جا نداشت. اشکی از گوشه چشمش پایین غلطید و چشم‌هایش را باز کرد. بخاری ماشین باد سرد می‌زد؛ بنزین ماشینش تمام شده بود و همه جا در سیاهی کامل بود.

***

بخاری را خاموش کرد. گوشه در را باز کرد تا شرایط آب و هوای بیرون را بسنجد؛ خیلی زود متوجه شد که تا زانو برف باریده و برفی که با وزش سریع باد خودش را به ماشین می کوبید، قدرت یک قدم راه رفتن را از او گرفته است. احساس می کرد سرما هر لحظه بیشتر می‌شود. ابتدا پاهایش و بعد دستهایش کرخت شد. زانوهایش شروع به لرزیدن کرد و هوایی که نفس می کشید، سوزشی درون بینی‌اش ایجاد می کرد. به شدت احساس خواب آلودگی می کرد و می‌دانست که این اصلاً نشانه خوبی نیست. دستش را روی بوق ماشین گذاشت و چندین بار آن را بصورت ممتد به صدا درآورد. بی اختیار اشک درون چشم‌هایش جمع شد. روحیه خودش را کاملاً باخته بود و ناامیدی وجودش را گرفته بود. پلک‌هایش بی‌اختیار به هم نزدیک می‌شد و توان باز نگه داشتن چشمهایش را نداشت؛ چشمهایش بسته شد و احساس کرد در بی‌وزنی کامل به‌سر می‌برد...

***

درست در همین لحظه بود که احساس کرد شیشه ماشین به صدا درآمده است. با ناباوری چشمهایش را باز کرد. شیشه دوباره به صدا درآمد. با سرعت به طرف شیشه برگشت. اشتباه نکرده بود، یک نفر صورتش را به شیشه چسبانده بود و با دست به شیشه می‌زد. دستهایش را که از سرما بیحس شده بود، به سمت قفل در برد و در را باز کرد. کسی که سر و صورتش را در شالی پیچیده و فانوسی در دست داشت، جملاتی با زبان کردی غلیظی گفت که درنا متوجه نشد و در جواب او فقط اشک‌هایش سرازیر شد. مرد که هیکل تنومندی داشت، پتویی را که روی صندلی عقب بود بیرون آورد و در کنار ماشین روی برفها انداخت. نفت فانوس را روی پتو ریخت و پتو را آتش زد.

درنا بدون معطلی خودش را به آتش رساند و در نزدیک‌ترین جای ممکن ایستاد. همانطور که گرما در تنش نفوذ می کرد، سعی کرد گیر افتادنش در برف را برای مرد رهگذر توضیح دهد. مرد رهگذر به توضیحات او گوش داد و سپس در حالی که فارسی را با لهجه کردی صحبت می کرد، رو به درنا گفت:

-تا کامیاران خیلی راهه. امشب رو باید تو روستا سر کنی. از روستا خیلی دور نیستیم. همین مسیری رو که من اومدم ادامه بده می‌رسی به روستا. خیلی مراقب باش که یه وقت گم و گور نشی.

درنا وامانده او را نگاه کرد و در حالی که از گرمای آتش، توانی دوباره پیدا کرده بود، در ماشین را قفل کرد. تاریکی بود و برف.

-ممنون می‌شم اگه من رو تا روستا همراهی کنید.

مرد که فانوسش خاموش شده بود به فکر فرو رفت. من باید برم. مسئله مرگ و زندگی در میانه.

و به راهش ادامه داد. چند قدم که رفته بود برگشت و به درنا که قدمی راه نرفته بود، نگاه کرد: چرا پس نرفتی؟ من که گفتم نمی‌تونم بیام.

سکوت درنا به او فهماند که بدون همراهی او قدمی به سمت روستا نخواهد رفت. مسیرش را عوض کرد و به سمت روستا به راه افتاد:

-مثل اینکه چاره‌ای نیست. همراه من بیا. می‌رسونمت روستا و بعد میرم. فقط تا می‌تونی تندتر بیا.

راه افتاد و درنا هم با قدم‌هایی تند پشت سر او حرکت کرد. از شدت برف کم شده بود. تا زانو برف باریده بود ولی حرکت در مسیری که مرد رهگذر آمده بود و برفها را جابجا کرده بود، باعث شد که درنا راحت‌تر راه برود. درنا هم

**درنا**
**در حالی که وارد حیاط خانه میشد از مرد رهگذر که با عجله از آنجا دور می‌شد تشکر کرد و گفت: "امیدوارم بتونم جبران کنم" و مرد رهگذر بدون این که برگردد، جواب داد: "کاری نکردم خانم. دعاکنیدبرام،گرفتارم".**

وقتی چیزی برای گفتن نداری، چیزی نگو

● اورینا



شالش را روی صورتش کشیده بود تا از برفی که باحرکت باد جابجا می‌شد در امان بماند. نزدیک نیم ساعت پیاده‌روی کرده بودند که بالای تپه‌ای رسیدند، در دامنه کوه چراغ‌های روستا سوسو می‌زد. مرد رهگذر درنا را تا جلو در خانه‌ای برد و در زد. درنا دیگر رمق نداشت. زنی میانسال در را باز کرد و مرد رهگذر به زبان کردی با او که "گلاره" صدایش می کرد، صحبت کرد. سپس به درنا گفت:

-می‌تونی شب رو اینجا بمونی. اینجا اتاق برای اجاره داره. من باید جایی برم. نگران ماشینت هم نباش. فردا با کمک اهالی میاریمش تو جاده.

درنا در حالی که وارد حیاط خانه میشد از مرد رهگذر که با عجله از آنجا دور می‌شد تشکر کرد و گفت: "امیدوارم بتونم جبران کنم" و مرد رهگذر بدون این که بر گردد، جواب داد:

"کاری نکردم خانم. دعا کنید برام، گرفتارم".

این را گفت و دور شد. گلاره درنا را داخل خانه راهنمایی کرد. او فارسی را روان‌تر از مرد رهگذر صحبت می کرد:

-بفرمایید خانم. من چند تا اتاق برای اجاره دارم. ولی شبِ عیدی همه رو اجاره دادم. مجبورید امشب رو کنار خود من سَر کنید.

درنا وارد شد. اتاق گرمای مطبوعی داشت و کرسی بزرگی وسط آن بود. لباسهایش را تکاند و بدون کوچکترین تعارفی زیر کرسی خزید.

-خیلی لطف کردین. مزاحمتون شدم. اگه این آقا نیومده بود تا الان یخ زده بودم.

گلاره یک لیوان چایی ریخت و جلو درنا گذاشت: بخور تا بدنت گرم بشه.

***

صدای ناله‌ای از خانه مجاور بلند شد. گلاره بدون معطلی و با نگرانی در حالی که شالی را روی شانه‌هایش می‌انداخت از اتاق خارج شد. صدای ناله‌ها هر لحظه بلندتر می‌شد.

بدنش تا حدودی گرم شده بود، دلش طاقت نیاورد و از زیر کرسی بیرون آمد. به دنبال ناله‌ها روانه شد. ناله‌ها از خانه دیوار به دیوار بود. در حیاط باز بود. حیاط را طی کرد و چند ضربه به در اتاقی که صدای ناله‌ها از آنجا می‌آمد زد ولی کسی حواسش به او نبود. در را باز کرد و تا کنار زن جوانی که درون رختخواب ناله می کرد، رفت.

-چی شده؟ ...

به یکباره همه زنانی که دور او حلقه زده بودند، ساکت شدند و چشم به غریبه‌ای که بینشان بود دوختند. گلاره اشک‌هایش را پاک کرد:

-"کژال" پا به ماهه. قرار نبود بچه به این زودی‌ها به دنیا بیاد ولی انگار عجله داره.

کژال در حالی که به خود می‌پیچید، به احترام مهمان ناخوانده ناله‌هایش را کمتر کرد. درنا آستین‌هایش را بالا زد.

-آب گرم آماده کنید و اینجا رو هم خلوت کنید. فقط یه نفر بمونه برای کمک.

همه با تعجب به او نگاه کردند. درنا با دستمالی که کنار کژال بود، عرق پیشانی او را پاک کرد.

-چرا وایسادین؟ من متخصص زنان و زایمان هستم. یکی بره کیف من رو از تو اتاق بیاره.

گلاره همه را از اتاق بیرون کرد و خودش نیز دنبال کیف رفت. چند دقیقه بعد که برگشت، کیف درنا را به او داد و پیشانی کژال را بوسید. کژال دستهای گلاره را گرفت:

-"شیر کو"...! کسی رو بفرست دنبالش.

-نگران نباش فرستادم.

جمعیتی در حیاط خانه و در سرما با نگرانی ایستاده بودند. ساعت ۲ نصف شب بود که با صدای گریه‌ی بچه، نفس راحتی کشیدند. در اتاق باز شد و گلاره در حالی که اشک شوق می‌ریخت در چهارچوب در ایستاد.

-شکر خدا هر دو سالم هستن. شیر کو برگشته؟ اگه برگشته بیاد مژده گونی بده.

داخل رفت و دقایقی بعد مرد رهگذری که درنا را نجات داده بود، وارد اتاق شد. پیشانی کژال را بوسید و بچه را بغل گرفت. درنا که از دیدن او تعجب کرده بود بلند شد تا برود. بشدت احساس خستگی می کرد. کژال بچه را از مرد رهگذر گرفت تا شیر دهد.

-شیر کو، اگه خانم دکتر نبود، نمی‌دونم الان چه بلایی سر من و بچه اومده بود.

شیر کو به سمت او برگشت و از دیدن درنا، خشکش زد.

-خانم دکتر شما هستین؟ بنازم حکمت خدا رو... خوبید؟

درنا روی بچه و کژال را با لحافی پوشاند تا از سرما در امان باشند.

-بله. به لطف شما. ممنون بابت همه زحماتتون. پس همسر کژال شما هستید که دنبال ماما رفته بود؟ ممنون که تو اون شرایط به من کمک کردین.

کژال که از حرف‌های آنها و آشناییشان تعجب کرده بود، نوزاد را در آغوش فشرد و چشم‌هایش را روی هم گذاشت.

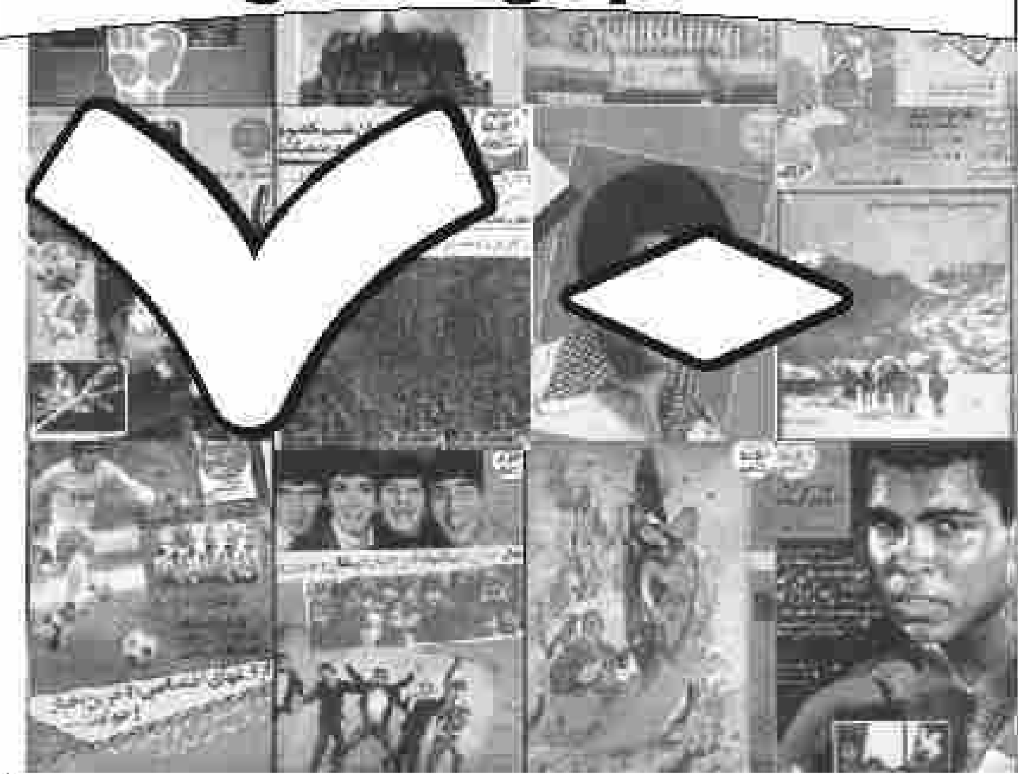
***

درنا از اتاق بیرون آمد و نمی توانست چیزی را که می‌بیند، باور کند!

پسرش آیدین بین جمعیتی که در حیاط بودند، دوربین به دست در حال تصویر برداری بود و پرویز هم به او کمک می کرد. دوربین به سمت او چرخید و آیدین و پرویز از دیدن او ساکت و با تعجب ایستادند. آیدین دوربین را به پرویز داد و مادرش را در آغوش گرفت.

ساعتی بعد همگی در اتاقی که پرویز در خانه گلاره اجاره کرده بود جمع شده بودند. پرویز و آیدین برای فیلمبرداری از مراسم روز عید روستای "پالنگان" ظهر به آنجا آمده بودند.

دو سه ساعت خوابیدند و صبح با صدای ساز و آواز بلند شدند. درنا از در حیاط بیرون رفت و چیزی که می‌دید روحش را نوازش کرد: مردم در پشت بام روستایی که خانه‌هایشان حالت پلکانی داشت، با مشعل‌هایی روشن ایستاده و در حال پایکوبی و جشن تحویل سال بودند. درست لحظه سال تحویل بود که کژال هم به جمع آنها و به لنز دوربین آیدین وارد شد. ■




## از بازی در سیرک تا هالیوود(صفحه ۲۳)

چهار سال قبل، این جوان نه ثروتی داشت و نه شهرتی. ولی در اولین فیلم خود که همان فیلم قاتلین و یا عاقبت جنایتکاران نام گرفت به عنوان یک هنرپیشه درجه اول به مردم معرفی شد و بالاخره کارش به جایی رسید که خودش کارگردانی فیلمهایش را به عهده گرفت.

برت لنکستر چون در خانواده فقیری به دنیا آمده بود و در شهر نیویورک زندگی و کار کرده بود پسری فعال و زرنگ و کاری بار آمد. او در کودکی جزء گروه کر کلیسا بود و تا ۱۵ سالگی یکی از بهترین خوانندگان دسته بود. او چون عملیات آکروباسی هم انجام می‌داد در جستجوی کار در سیرکها و تماشاخانه‌ها هم می‌رفت و نمایش می‌داد و تا ۱۸ سالگی در مناطق مختلفی نمایش بر پا می‌کرد. در سال ۱۹۳۶ در ۱۹ سالگی با یک رقاصه سیرک ازدواج کرد که کارش سال بعد به طلاق انجامید. مدتها در یک مغازه بزرگ در شیکاگو مشغول کار شد ولی دوباره به نیویورک برگشت و در بنگاه رادیویی معروف کلمبیا مشغول کار شد. در سال ۱۹۴۲ به خدمت نظام رفت و مدتی در آفریقا و سپس در ایتالیا خدمت

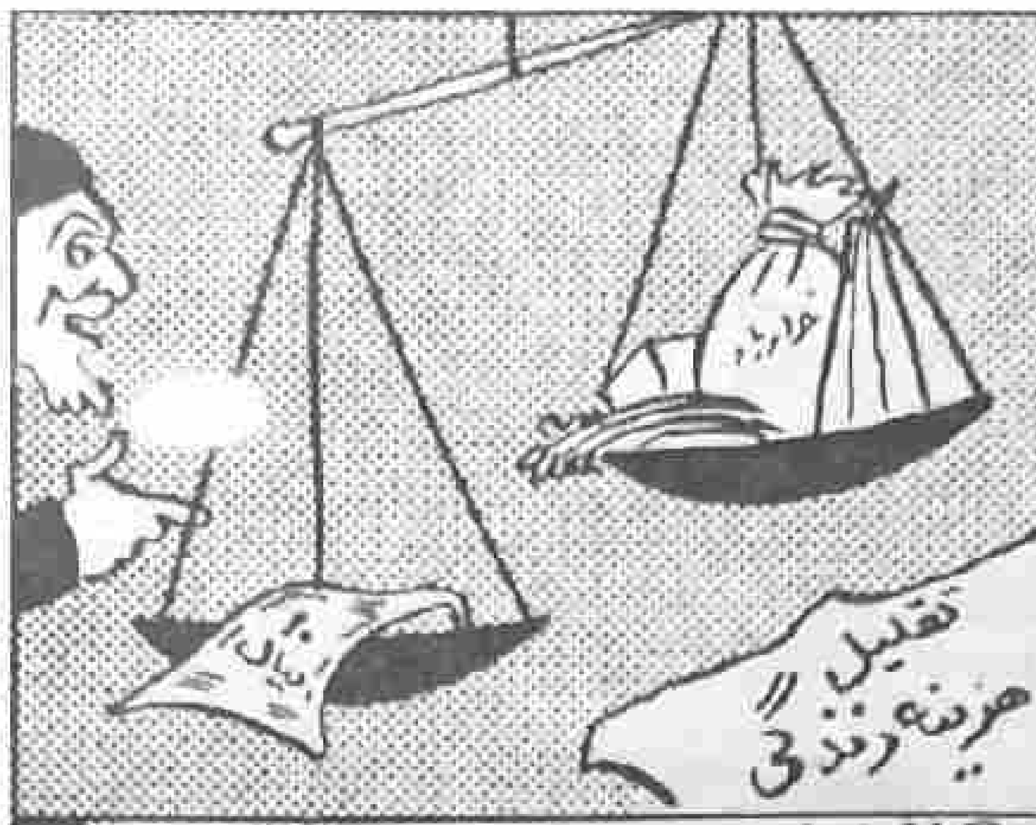

برت لنکستر و همسرش نورما

کرد و در آنجا بود که با یکی از زنان ارتش آمریکا در آنجا به نام نورما آندرسون آشنا شد که پس از پایان خدمت در سال ۱۹۴۶ با او ازدواج کرد و شرکت فیلمبرداری خود را به نام همسرش نورما نامید.

هفته گذشته فیلم عاقبت جنایتکاران با بازی او و اوا گاردنر در تهران به نمایش درآمد که محصول ۱۹۴۷ است.

## عیدی دولت به ملت(صفحه ۶)

حال که عید دارد از راه می‌رسد و همه به همدیگر عیدی می‌دهند بد نیست که دولت هم به ملت عیدی بدهد. این عیدی البته نقل و شیرینی نیست اصلاحات اساسی است. حالا به چند مورد اشاره می کنیم:




۱ ـ شب عیدی مردم خیلی خرج کرده‌اند و بعد از عید کمرشان زیر بار مخارج خم می‌شود و با این وجود که دستشان خالی است اجناس هم گران می‌شوند. آقای دولت، بیا و برای این موضوع فکری بکن و ارزانی را به آنها عیدی بده. چند سال پیش توی هر خانه که می‌رفتی چند تا تکه فرش و زیلو وجود داشت اما حالا بیشتر خانه‌ها مثل مسجد شده عوضش بانک کارگشایی هی اعلان می کند که انبارها پر شده و دیگر جنس قبول نمی کنیم!

آقای دولت مردم بیکارند و توی خیابانها راه که می‌روی آدم بیکار زیردست و پا ریخته که پشت سر آدم راه می‌افتند و تا ده شاهی، یک قران نگیرند دل نمی کنند. وقتی هم به آنان بگویی با این هیکل خجالت بکش برو کار کن، می گوید تو کار به من نشان بده هر کجا باشد و هرچه باشد می‌روم. پس به عنوان عیدی برای ملت کار درست کنی.

بیایید و این عدالت را هم که همه اینقدر دنبالش می گردند و پیدایش نمی کنند به عنوان عیدی سال نو به مردم هدیه بدهید. هر دولتی که سر کار آمده وعده داده اما هیچکدام به آن عمل نکرده‌اند.

## آقا این لوله کشی تهران پس چی شد؟ همه‌اش حرف بود؟

ـ شهربانی چند وقت پیش داد دور چهارراه فردوسی را برای اینکه مردم وسط چهارراه ندوند و زیر ماشین نروند لوله کشیدند. آن وقت مردم هر وقت به هم می‌رسیدند با خنده می گفتند الحمدلله لوله کشی تهران هم عملی شد... بیایید و این آب لوله کشی را به مردم عیدی بدهید.

ـ ملت ایران یک عیدی دیگر هم از دولت می‌خواهد. خانه، آقا وضع خانه خیلی خراب است. برای اینها فکری بکنید. به یک عضو اداره که ماهی سیصد چهارصد تومان می گیرد نمی‌شود گفت آقا ماهی دویست و پنجاه تومانش را کرایه خانه بده.

ـ پس این قانون تعلیمات اجباری چطور شد؟ لابد می گویید در دست اقدام است. آقای دولت، اجرای قانون تعلیمات اجباری پیشکش، کاری بکنید آنهایی که می‌خواهند خودشان بچه‌هایشان را مدرسه بگذارند بتوانند. توی همین تهران الان دو سه هزار پسر و دختر هفت هشت ساله هستند که از بی‌مدرسه‌ای روزها توی کوچه‌ها بازی می کنند، اول شهریور که می‌شود همه مدرسه‌ها درها را می‌بندند و می گویند جا نداریم. راست هم می گویند. مگر توی یک کلاس بیشتر از هفتاد شاگرد می‌شود درس داد؟

برای همین است که مردم می گویند تعلیمات اجباری هیچ، اقلاً تعلیمات اختیاری را درست کنند.



## فرخنده سال ۱۳۲۹




جلد ویژه‌نامه ۱۳۴۹

**شعر بهاری (صفحه ۶)**

**بهار دلکش**

**خوش آن روز و خوشا آن روزگاری — که گلشن باز بیند نوبهاری**
**جهان در خود دمد روح جوانی — چمن پوشد حریر ارغوانی**
**هزاران باز بال و پر بر آرند — درختان تاج گل بر سر گذارند**
**زمین سبز و چمن شاداب گردد — گلوی نهرها پر آب گردد**
**بر آید لاله از گهوارهٔ گور — بریزد کوه از سر گرد کافور**
**بدرد غنچه چاک پیرهن را — برون آرد دل خونین کفن را**
**به یک بار دگر بلبل به آواز — حدیث دوری گل سازد آغاز**
**بنفشه نیز سر بردارد از دوش — که تا راز دل بلبل کند گوش**
**بهار دل کش و فصل جوانی — نشاط وصل و نوش کامرانی**

**جواد فاضل**

ـ می‌گویند ایران چهارراه سیاست جهان است. حالا ملت ایران دلش می‌خواهد که از بابت سیاست خارجی هم در سال جدید خیالش راحت باشد و این اطمینان را به عنوان عیدی به او بدهید که وقتی روزنامه‌ها را باز می کند خبر تجاوز فلان دولت را در فلان جا به خاک ایران نخواند.

خلاصه که عید که می رسد همانطور که بزرگترها به کوچکترها عیدی می‌دهند ملت هم از دولت عیدی می‌خواهد.

## از روزگار قدیم تاکنون (صفحه ۲۳)

**رسیدن سال نو و نوروز طرب‌انگیز را بدین ترتیب جشن می گرفتند... شما چگونه این عید فرخنده را جشن می گیرید؟**

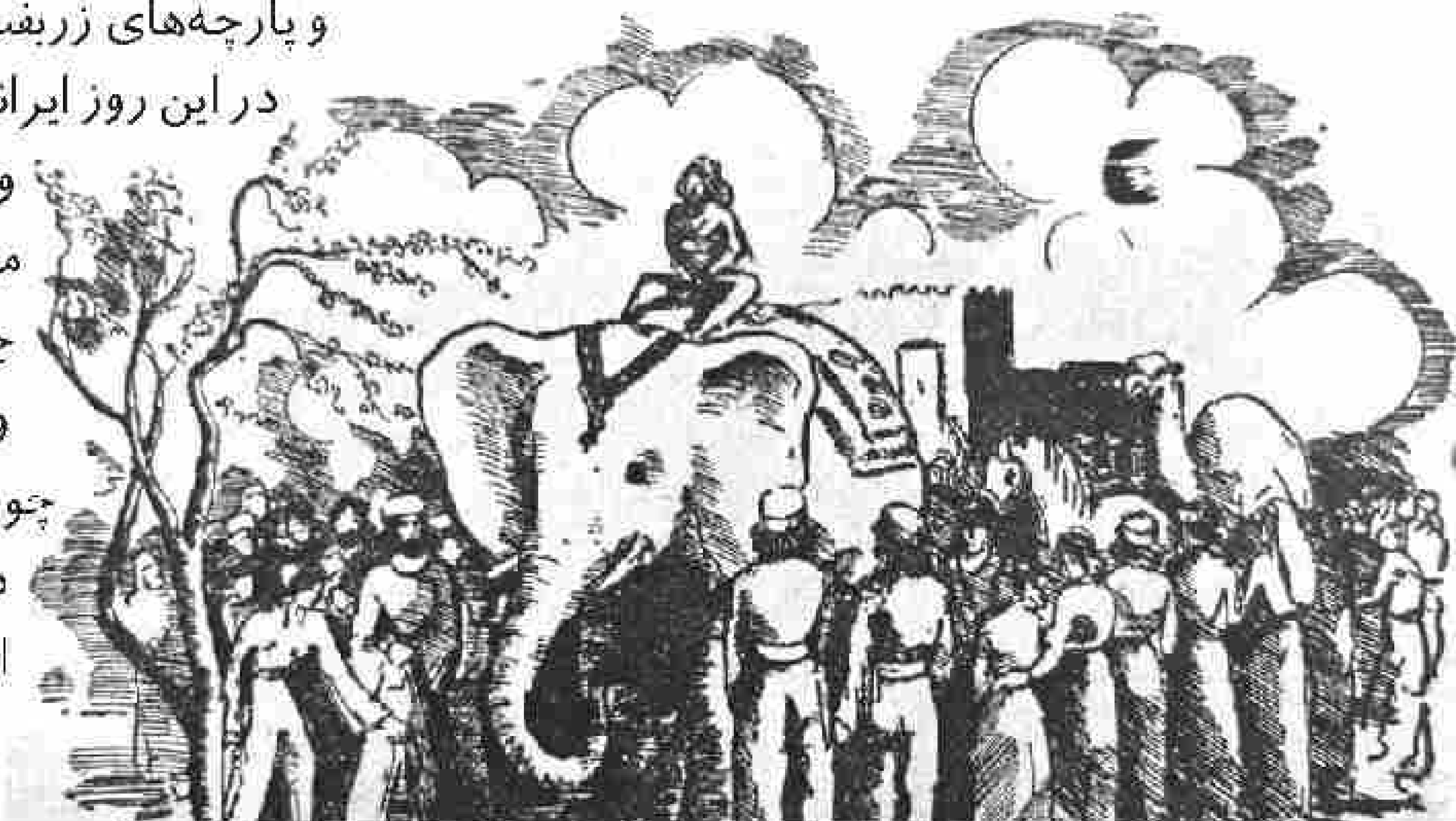
معروف است این جشن را جمشید بنا نهاده است، اگرچه این شاهنشاه خود یک جنبه تاریخی ندارد و جزو اساطیر بوده است، ولی معلوم نیست از چه روی جشن نوروز را به او نسبت داده‌اند، در این که چرا این جشن به نوروز معروف شده است ابوریحان بیرونی در کتاب التفهیم خود می گوید:

"نوروز نخستین روز است از فروردین ماه، به این جهت روز تو نام کرده‌اند زیرا پیشانی سال نو است" "این جشن از دیرباز تاکنون همواره باشکوه و جلالی دلپذیر برپا شده است.در پیش از اسلام، صورت مذهبی داشته و در دوره اسلامی احادیث و روایاتی در باب اهمیت و احترام آن به وجود آمد که مایه بقای آن گردیده است.

شیعیان معتقدند که در این روز حضرت امیرالمومنین(ع) بر کرسی خلافت نشست و هم در این روز، از جانب حضرت رسول به جانشینی آن حضرت منصوب شده از این رو این جشن هر ساله با آئین خاصی میان اهالی این شهر برپا گشته و می گردد و ما به جهت اطلاع خوانندگان عزیز خود مراسم این جشن را از روزی که آغاز شده تا این زمان می‌نگاریم، تا به آئین باشکوه جشنی که نیاکان ارجمند ما برپا می‌ساختند، آگاهی یافته و مراسمی که فراموش شده در این سال برپا داریم.

### مراسم نوروز در عهد هخامنشی

قدیمترین اطلاع ما راجع به نوروز از عهد هخامنشی فراتر نمی‌رود، به طوری که از آثار بابل برمی‌آید، داریوش بزرگ شاهنشاه هخامنشی (۵۲۱ ـ ۴۸۶ق.م) نوروز هر سال به پرستشگاه (مردوک) رب‌النوع بزرگ شهر بابل رفته مراسم نوروز را در پیشگاه خداوند بزرگ برگزار می کرد. در این عهد پادشاهان بارعام می‌دادند و مراسم نوروز در قصر باشکوه "آپادانا" با حضور قراولان و امراء و رجال صورت می گرفت. در روز اول فروردین حکام ولایات هدایایی به خدمت شاهنشاه فرستاده، صاحب بار همه آن را از نظر داریوش بزرگ می گذرانید و این هدایا معمولا از طوایف بوده و هر سرزمینی نیکوترین محصول خود را به نزد شاهنشاه هخامنشی می‌فرستاد، و بیشتر برای خوشایند شاه، حیواناتی از قبیل اسب و گوسفند و شتر و گاو و شیر و بز کوهی و زرافه و نمونه‌هایی از لباس خاص نژاد خود در ظروف زرین و پارچه‌های زربفت به خدمت شاه می‌فرستادند، در این روز ایرانیان به یکدیگر شکر می‌دادند و آذر باذموبد بغداد در این باره می گوید که نیشکر در زمان جمشید و نوروز پیدا شده است و جمشید از آن‌شیره چشید و چون دید که یک شیرینی خوشمزه دارد فرمود تا نیشکر را فشرده از شیره آن شکر درست کنند و در پنج روز اول فروردین ماه هر یک از ایرانیان که به یکدیگر می‌رسیدند مشتی نیشکر به عنوان تحفه به هم می‌دادند و روی یکدیگر را ابوسیده سبزه‌ای که گویا از جنس ریحان بوده است، به یکدیگر تحفه می‌دادند و در تمام مدت این جشن برای تبرک در جاهای بلند آتش روشن نموده هنگام غروب به کنار آن می آمدند و پس از ستایش هر یک کنده‌ای برافروخته به دست گرفته به خانه‌های خود می‌رفتند.



### نوروز در دوره اسلامی

پس از استیلای عرب به ایران به درستی معلوم نیست که ایرانیان کدام یک از جشن‌ها را برپا می داشته‌اند همین قدر از بعضی نوشته‌ها معلوم می شود که حتی در زمان خلفای اربعه نیز بعضی از مراسم نوروز باقی بوده است، چنانکه روایت می کنند که روزی جمعی از دهاقین ایران چند عدد جام سیمین که توی آنها خاگینه گذاشته بودند به خدمت حضرت علی‌بن‌ابیطالب(ع) تحفه آوردند، حضرت فرمود این چیست ؟گفتند مال نوروز است و نیز معروفست که در روز نوروز زرتشتیان ایران جامهایی از نقره که درون آن شکر بود، نزد امیرالمومنین علی(ع) بردند و آن حضرت آن شکر را میان یارانش تقسیم کرد و آن را به جای جزیه پذیرفت و باز گفته می‌شود که حضرت علی(ع) روز عید نوروز در طاق کسری نماز گذارد و عقیده آن حضرت این بود که مردمانی که چنین نماهای باشکوهی ساخته‌اند، شایسته تقدیس و احترام می‌باشند.

در ایران نخستین کسی که پس از اعراب این آئین را رسمیت داد، عضدالدوله دیلمی بود که نوروز را محترم شمرد و عادتش این بود که چون سال نو می‌شد به مجلس بزرگی می آمد که در آن ظرفهای زر و سیم پر از میوه‌های گوناگون و گلهای رنگارنگ گذاشته بودند و بر روی مسند گرانبهایی می‌نشست، در این هنگام منجم پیش آمده زمین بوسه می‌داد و او را به نوشیدن سال خوش آمد می گفت.

پس از منجم خنیاگران و مطربان پیش آمده و نواهای نشاط‌انگیز می‌نواختند و می‌خواندند و پس از رامشگران ندیمان آمده هدایایی تقدیم می‌داشتند و نیز تحفه‌ای هم در ازای آن از شاه می گرفتند. این مراسم در دوره دیلمیان اجرا می‌شد و همینطور ادامه یافت تا اینکه در دوره استیلای مغول نوروز متروک شد ولی در دوره صفویه مراسم نوروز باشکوه گذشته خود جلوه‌گر شد و از آن زمان تاکنون در برپا داشتن این سنت باستانی وقفه‌ای رخ نداده است.

آنچه انجامش شایسته نیست، به زبان آوردنش نیز ناشایست است ● بقراط

ـ توی ایران کار و بارم بد نبود. حسابدار یه شرکت بودم و یه زندگی معمولی داشتم اما سطح توقع من خیلی بالاتر از یه زندگی معمولیه و برای همین فکر مهاجرت به سرم زد...

"**حسام**" اهل شیراز و بسیار خونگرم بود. بعد از چهارماه اقامت در آنکارا و نتیجه نگرفتن سخت دلسرد و ناامید بود و حتی فکر برگشت به ایران به سرش زده بود. یک شب که توی محوطه چمن هتل داشتیم با هم قدم می‌زدیم در حالی که نگاهم می‌کرد، این حرفها را تحویلم داد. نمی‌دانم چرا قلبم بشدت می‌تپید. سعی کردم چهره‌ام لااقل آرام باشد و گفتم: "همه ما برای رسیدن به آرزوهامون داریم تلاش می‌کنیم. مهم اینه که کم نیاریم و تسلیم مشکلات نشیم"...

دقیق‌تر نگاهم کرد. به نظر می‌رسید دارد توی ذهنش سبک و سنگینم می‌کند. لبخندی روی لبانش آمد و گفت: "دختر قوی و مستقلی به نظر می‌رسی"!

من هم لبخندی زدم و گفتم: "وقتی بچه بودیم مادرمون فوت کرد و پدرم به سختی من و رویا رو بزرگ کرد. من یاد گرفتم روی پای خودم بایستم و هرگز کم نیارم... دنیا برای من میدون جنگه. برای خواسته‌هام همیشه جنگیدم"...

برق تحسین دوید توی چشمانش و گفت: "من همیشه فکر می‌کردم دخترا وابسته و کم تحملن. این روحیه شما برای من خیلی جالبه."

***

همراه خواهرم "رویا" به قصد مهاجرت از ایران به ترکیه رفته بودیم. قصد داشتیم خودمان را به یکی از کشورهای اسکاندیناوی برسانیم و اقامت بگیریم اما هرجا که سر می‌زدیم توضیح می‌دادند که پروسه مهاجرت حداقل شش ماه طول می‌کشد. چاره‌ای جز ماندن در ترکیه و انتظار کشیدن نداشتیم. برای اینکه خرج و مخارجمان زیاد نشود در یک هتل درجه سه اتاق گرفتیم. غذاهای هتل گران بود. من و رویا یواشکی توی بالکن اتاقمان پخت و پز می‌کردیم تا در مخارجمان صرفه‌جویی شود. چقدر شاد بودیم و چه نقشه‌هایی برای آینده می‌کشیدیم. رویا دلش می‌خواست ادامه تحصیل بدهد و شغل خوبی پیدا کند، من اما می‌خواستم در رشته‌ام که عکاسی بود فعالیت کنم و به وقتش ازدواج کنم.

فانتزی یک ازدواج عاشقانه از بچگی در خیالم بود و چنین ازدواجی برای من اوج خوشبختی به حساب می‌آمد. تعداد ایرانی‌های هتل هر روز بیشتر می‌شد و مصاحبت با هموطنان ایرانی جایی برای احساس غربت باقی نمی‌گذاشت.

از میان مسافران هتل آقایی حدوداً سی ساله به نام حسام با قد و قامتی بلند و ظاهری آراسته توجه مرا بدجوری به خود جلب کرده بود. کم کم با او آشنا شدم. جوان خوش قلبی بود و پس از گذراندن روزها با هم، در یک طوفان احساسی از من خواستگاری کرد.




کاملاً گیج بودم. گرچه به حسام متقابلاً علاقه داشتم اما مبهم بودن آینده و بلاتکلیفی نمی‌گذاشت جواب مثبت به او بدهم و رویا هم معتقد بود نباید زود تصمیم بگیرم. البته حال رویا را هم درک می‌کردم. می‌ترسید من با حسام ازدواج کنم و او تنها بماند. یک ماه گذشت. هر کاری که داشتم حسام انجام می‌داد و همه جوره حمایتم می‌کرد.

یک شب سرد زمستانی که آسمان آنکارا بغض برف داشت و سرما تا مغز استخوان آدم را می‌سوزاند، حسام گفت: "من از این بلاتکلیفی خسته شدم. معلوم نیست چند وقت دیگه باید اینجا بمونیم تا جواب پناهندگی‌مون بیاد".

در حالی که از سرما می‌لرزیدم گفتم: "به هر حال چاره‌ای نداریم." حسام در حالی که مضطرب و عصبی بود گفت: "چند روز پیش با یه قاچاقچی آدم آشنا شدم. اینجا پول رو می‌گیره و بعد مسافرا رو برای پناهندگی به آلمان و فرانسه می‌بره و خودش ترتیب پناهندگی رو میده. تا حالام زیادی وقت صرف کردم و تصمیم گرفتم این جوری برم"!

خون درون رگهایم منجمد شد. یعنی او می‌رفت و هرگز نمی‌دیدمش؟ آن هم درست زمانی که حس می‌کردم عاشق او هستم و سخت وابسته‌اش شده‌ام! خودم را باختم. وقتی رنگ پریده و لبهای لرزانم را دید، گفت: "البته من دوست دارم توی این سفر تو و رویا هم با من باشین. در مورد پیشنهادم فکر کن. اگه هم نخواستی بیای، باهات در ارتباطم و هر جای دنیا که باشی میام و پیدات می‌کنم"...

به زحمت و با صدایی که از ته حلقم در می‌آمد، گفتم: "پس رفتنی هستی؟" ایستاد، مستقیم توی چشم‌هایم نگاه کرد و بعد گفت: "نه، وقتی که جواب قطعی رو از تو بگیرم، می‌رم"...

زانوهایم آنچنان می‌لرزید که می‌ترسیدم هر آن نقش بر زمین شوم. آهسته گفتم: "من بهت علاقه دارم. اما تنها نیستم و نمی‌تونم رویا رو اینجا بذارم و باهات بیام."

چشمهایش را گرد کرد و گفت: "بذار من با رویا صحبت کنم. شاید راضی شد با ما بیاد"...

هرگز نفهمیدم حسام به رویا چه گفت و چه چیزی بین آنها گذشت که رضایت را در لحن و نگاهش دیدم. حسام افتاد دنبال کارها و ما درست شب قبل از سفر طی مراسم ساده‌ای با حضور چند نفر از دوستان ایرانی‌مان نامزد شدیم.

شب عجیبی بود و شادی و غم را یکجا داشت. هم آسوده بودم و هم مضطرب. از عشق حسام خیالم راحت بود و حالا اطمینان داشتم توی روزهای سرد غربت کسی همراه من است و می‌توانم به شانه‌های مردانه‌اش تکیه کنم. از طرف دیگر نگران بودم و خبر نداشتم و نمی‌دانستم این سفر پرمخاطره چقدر

طول می‌کشد و سرانجامش کجاست!

صبح زود قاچاقچی راه‌بلد و پردل و جرات ما را سوار قایق بزرگی کرد و بی‌معطلی زد به دل دریا. دو ساعت گذشت و من سردرد و حالت تهوع داشتم و حسام که نگرانم بود مرا به یک اتاقک تاریک داخل قایق برد و قرص مسکنی به من داد تا بلکه خوابم بگیرد و اذیت نشوم. رویا اما خودش را مشغول خواندن کتاب کرده بود و من در عمق چشم‌هایش نگرانی را می‌دیدم. فقط یک ساعت خوابیدم. توی دلم آشوب بود و آرام نمی‌گرفتم.

چند لحظه بعد آسمان تیره و تار شد و بادهای شدید شروع به وزیدن گرفت. قایق به شدت بالا و پایین می‌رفت. همه ترسیده بودند و من در حالی که دست‌های سرد رویا را در دست گرفته بودم، زیر لب دعا می‌خواندم. حسام سعی می‌کرد من و رویا را آرام کند اما چهره‌اش پر از استرس و نگرانی بود و خودش را باخته بود.

وضعیت ما لحظه به لحظه بدتر می‌شد و بالاخره در حالی که هر سه ما دست در دست هم بودیم درون طوفان فرو رفتیم و دیگر چیزی نفهمیدم. میان یک تونل تنگ و تاریک می‌دویدم و به جایی نمی‌رسیدم. حس می‌کردم سالهاست که دارم در این تونل می‌دوم و سرگردانم. چشم‌هایم را که باز کردم خانمی سفیدپوش را دیدم که داشت سرمم را عوض می‌کرد. فهمیدم از آن طوفان هولناک جان سالم به در برده‌ام، ولی این موضوع اصلاً خوشحالم نکرد، چون همان روز خبر دادند که گارد ساحلی جسد رویا را که به ساحل آمده پیدا کرده است. از حسام هم خبری نبود. قایق‌های نجات ساحلی من و چند نفر دیگر از سرنشینان قایق را پیدا کرده بودند اما حسام و دو نفر دیگر ناپدید شده بودند و حتی جسدشان هم پیدا نشده بود.

روزهای تاریکی و بی‌کسی من شروع شد. تصویر چشم‌های نگران رویا و حسام در آن روز سرد و طوفانی مدام جلوی چشمانم بود و زندگی را به یک کابوس بی‌پایان تبدیل کرده بود.

نمی‌توانستم بدون رویا به ایران برگردم. در یک پانسیون ماندم تا جواب اقامتم در سوئد آمد و تنها راهی شدم. در حالی قدم بر خاک سوئد گذاشتم که بیمار و وامانده از سنگینی بار از دست دادن عزیزانم برای مقابله با مشکلات راهی نداشتم. استکهلم، شهری سرد و یخ‌زده با خیابان‌های آرام و آدم‌هایی که نگاهشان فراتر از خودشان نمی‌رفت، جایی نبود که من خسته را پناه دهد. یک سال افسرده بودم و قرص ضد افسردگی می‌خوردم و با پول ناچیزی که از اداره مهاجرت می‌گرفتم، اموراتم را می‌گذراندم.

سال دوم بود که تکانی به خودم دادم و از آن اتاق‌های تنگ و تاریک مخصوص پناهنده‌ها بیرون زدم و اتاقی برای خودم اجاره کردم و در یک کارگاه کیف‌سازی مشغول به کار شدم.

زندگی در جریان بود و من نباید تسلیم می‌شدم. حس می‌کردم رویا و حسام هم نظاره‌گر من هستند و نمی‌خواهند کم بیاورم. بعد از شش ماه کارم را عوض کردم چون صاحبکارم حقوق دو ماهم را نپرداخت و چون غیرقانونی کار می‌کردم، نمی‌توانستم از او شکایت کنم.

این بار در یک رستوران مشغول شدم، اما چون مسلط به زبان سوئدی نبودم، نمی‌توانستم سفارشات را آماده کنم و فقط مسئول نظافت آشپزخانه و سرویس بهداشتی بودم. خودم هم باورم نمی‌شد به این حقارت تن داده‌ام. پدرم از ایران مدام تماس می‌گرفت و با وجودی که بابت مرگ رویا از من دلخور بود، می‌خواست به ایران برگردم و روی او حساب کنم، اما چه کنم که روی برگشت نداشتم و منتظر بودم با گرفتن اقامت دائم اوضاعم بهتر شود.

در آن روزهای یکنواخت، آشنایی با **"رحیم"** پسری پاکستانی که نزدیک محل اقامتم کار می‌کرد، به زندگی‌ام رنگ و بویی تازه بخشید. من حسام را هرگز فراموش نکردم اما سخت به عشق و حمایت احتیاج داشتم و در عرض مدت کوتاهی به رحیم وابسته شدم.

در آن شهر مکانیکی و یخ‌زده پیدا کردن یک همزبان که دوستت داشته باشد و پناه خستگی‌هایت شود، چیز کمی نبود. رحیم به من علاقه داشت و رابطه ما از دیدارهای ساده در رستوران به دیدارهای طولانی هر روز کشید.

رحیم تمام ماجرای زندگی مرا می‌دانست و چون پدر و مادرش را در کودکی از دست داده بود، دردم را می‌فهمید. ازدواج کردیم و قول داد خوشبختم کند. اوایل همه چیز خوب بود. با وجود هوای سرد و یخ‌زده استکهلم خانه ما گرم و پر از محبت بود و رفت و آمد با دوستان رحیم زندگی ما را از یکنواختی بیرون آورد اما خیلی زود فهمیدم که رحیم معتاد است و قبل از اینکه بتوانم کاری کنم، با زیرکی مرا هم در دام اعتیاد کشید و اسیرم کرد. رحیم خیلی زود از من سرد شد. من به خاطر نیازم به مواد که او تامین می‌کرد، توان اعتراض نداشتم. گاهی به سرم می‌زد که خودکشی کنم و خودم را از این زندگی ننگین برهانم، اما انگار رویا و حسام از دنیایی دیگر مرا به ماندن و رهایی از دام اعتیاد تشویق می‌کردند. یک روز که طاقتم طاق شده بود به رحیم گفتم: "چرا با من این کار رو کردی و به این روز م انداختی؟" رحیم ماسک از چهره برداشت و گفت: "چون قراره از این به بعد تحت نفوذ من باشی و برای من کار کنی!"

رحیم و دوستانش در کار قاچاق تریاک بودند که میان آسیایی‌ها ساکن سوئد طرفدار زیادی داشت و بابت آن پول خوبی می‌دادند. رحیم و دوستش قرار بود محموله بزرگی از تریاک را از طریق مرز زمینی وارد سوئد کنند. من هم باید آنها را همراهی می‌کردم. دلم بدجوری شور می‌زد. شب قبل از سفر خواب حسام را دیدم. آشفته بود و دنبالم می‌گشت. نیمه‌های شب خیس عرق از خواب پریدم. فکری مثل نور از ذهنم گذشت. این که فرار کنم تا دست رحیم به من نرسد.

ترس روی تمام اندام‌هایم اثر گذاشته بود و می‌لرزیدم. تکلیفم بدون رحیم چه می‌شد؟ چه طوری باید مواد لعنتی را جور می‌کردم؟ هیچ چیز برایم مهم نبود جز فرار. بالاخره جایی در این دنیای بزرگ بود که من در آن آرام بگیرم.

آهسته و نوک پا لباس عوض کردم و بی‌آنکه چیزی بردارم در را باز کردم و از خانه خارج شدم و توی خیابان‌های سرد و تاریک شروع کردم به دویدن. باید آنقدر از خانه فاصله می‌گرفتم تا دست رحیم به من نرسد.

ناگهان ماشینی با سرعت آمد و قبل از اینکه بتوانم خودم را از مسیرش بیرون بکشم به من زد و دیگر متوجه چیزی نشدم. در دنیای دیگری بودم که حسام لبخند زنان جلو آمد و دستم را گرفت. دیگر مرز میان واقعیت و رویا از میان رفته بود. نمی‌دانستم کجا هستم و در چه وضعیتی.

پایم شکسته بود و باید عمل می‌شد. درد شدیدی داشتم و بدنم احتیاج به مواد داشت. کلافه و پریشان بودم و صدای نعره‌های شبانه‌ام برای خودم هم ناآشنا بود. تازه از اتاق عمل بیرون آمده بودم که باز حسام با نگاهی مهربان و لبخند بر لب جلو آمد. خدایا نکند دیوانه شده‌ام! توهّم دارم یا خوابم؟ ولی حسام روبرویم بود و من گرمای او را حس می‌کردم. او واقعا حضور داشت. این رویا نبود. حسام هدیه خدا در سیاه‌ترین روزهای زندگی‌ام بود.

او برایم گفت که به طرز معجزه‌آسایی توسط یک کشتی یونانی از طوفان آن روز نجات پیدا کرده و چند ماه در کما به سر می‌برده و بعد از کما حافظه‌اش را از دست داده، اما به محض یادآوری خاطرات به دنبال من گشته و بالاخره با پیگیری از طریق اداره مهاجرت فهمیده من در سوئد هستم و خودش را به اینجا رسانده. آنقدر خوشحال بودم که همان جا سجده شکر به جا آوردم. در کنار حسام سلامتی‌ام را به دست آوردم و از رحیم جدا شدم...

***

بیش از ده سال از آن روزها می‌گذرد. همان روزها همراه حسام به ایران برگشتم تا در وطن زندگی مشترک خود را آغاز کنیم.

اشتباه از خودماست که چنین دچار مشکل مانده‌ایم

● نشکیبر

زیر نظر: محمدرضا مهدیزاده

نمونه شعر کهن

## بهار

بهارا، از گل و می آتشی ساز
پلاس درد و غم در آتش انداز
بهارا، شور شیرینم برانگیز
شرار عشق دیرینم برانگیز
بهارا، شور عشقم بیشتر کن
مرا با عشق او شیر و شکر کن
گهی چون جویبارم نغمه آموز
گهی چون آذرخشم رخ برافروز
مرا چون رعد و توفان خشمگین کن
جهان از بانگ خشمم پرطنین کن
بهارا، زنده مانی، زندگی بخش
به فروردین ما فرخندگی بخش
هنوز اینجا جوانی دلنشین است
هنوز اینجا نفسها آتشین است
مبین کاین شاخهٔ بشکسته خشک است
چو فردا بنگری، پر بیدمُشک است
مگو کاین سرزمینی شوره‌زار است
چو فردا در رسد، رشک بهار است
بهارا، باش کاین خون گل آلود
برآرد سرخ گل چون آتش از دود
برآید سرخ گل، خواهی نخواهی
وگر خود صدخزان آرد تباهی
بهارا، شاد بنشین، شاد بخرام
بده کام گل و بستان ز گل کام
اگر خود عمر باشد، سر برآریم
دل و جان در هوای هم گماریم
میان خون و آتش ره گشاییم
از این موج و از این توفان برآییم
دگر بارت چو بینم، شاد بینم
سرت سبز و دلت آباد بینم
به نوروز دگر، هنگام دیدار
به آیین دگر آیی پدیدار

هوشنگ ابتهاج (سایه)

نمونه شعر نو

## بهار را

درخت را به نام برگ
بهار را به نام گل
ستاره را به نام نور
کوه را به نام سنگ
دل شکفتهٔ مرا به نام عشق
عشق را به نام درد
مرا به نام کوچکم صدا بزن

عمران صلاحی

دو رباعی از وحید دانا - قائم‌شهر

### ۱)

بر خندهٔ رودها جلا خواهد داد
بر چهرهٔ آیینه، صفا خواهد داد
مردم همه درگیر رهایی هستند
باران به پرنده‌ها غذا خواهد داد

### ۲)

عاشق شد و رنج دید و پیمان نشکست
یک عمر فقط به خاطر انش دل بست
ای دوست من از مروّتت می‌پرسم
پاداش چنین فرشته، تنهایی هست؟

## بوی بهار

هوای پنجرهٔ باز و لذت دیدار
صدات می کنم و دور می‌شوی انگار
به روشنایی لبخند هم... نه، ممکن نیست
چقدر مانده میان من و تو جادهٔ تار
مرا به ماندن و رفتن که اختیاری نیست
کنار در به دری‌های من، بمان، ای یار
هنوز چشم تو با ماه می‌زند پهلو
هنوز یاد تو رازی‌ست، راز بی‌تکرار
پس از تو آینه‌های شکسته را مانم
به رهگذار تو افتاده‌ام، مرا بردار
در این هوای زمستانی ملال‌انگیز
پر است دست و دلم از صفای بوی بهار

شعبان کرم دخت - بابلسر

## آینهٔ تنهایی

آیینهٔ تنهایی‌ام، افسونگر شعر
ای زخم کهنه، زخم نو بر پیکر شعر
جادوگر شعر و غزل ای صنعت محض
ایهام و تلمیح و بدیع ای مظهر شعر
قلبت سراسر دشت گلهای سپید است
صد سینه سرخ آورده‌ای در بستر شعر
لبهای سرخت قاتل صد مرد جنگی‌ست
یک ارتش تنها به نام دلبر شعر
از واژه‌هایت می‌چکد خون مثل باران
بر صورت عریان من در دفتر شعر
می‌خندی و صدها انار سرخ ساوه
سر در گریبان می‌شوند از گوهر شعر
کم کم نسیمی می‌وزد بر موی لخت
یک کودتای مخملی دور و بر شعر
عالیجناب سنگی‌ام! ارباب قلبم!
گاهی نگاهی می کنی بر دفتر شعر؟

سمیرا یکه‌تاز - زرندیه

## باغم، بهارم، تو

یک عمر با یادت طی گشت شبهایم
حالا خودت هستی، تعبیر رویایم
جشن نگاه من، در چشمهای تو
رقص نفس‌هایت در زلف رسوایم
دنیا چه رنگین است، کامم چه شیرین است
حالا که اینجایی، حالا که اینجایم
یک استکان مهتاب، یک استکان دمنوش
یک دم بیا بنشین، تعبیر رویایم
جوری نگاهم کن، انگار مجنونی
طوری صدایم کن انگار لیلایم
دیوانه‌ای در توست، زنجیری زلفم
زنجیر عشق توست خلخال بر پایم
یارم، دیارم تو، باغم، بهارم، تو
بنشین در این گلزار، ای سرو بالایم
ای سرنوشت من، شیرین شده از تو
دیروز و امروزم، امروز و فردایم
یک استکان دمنوش، یک آسمان مهتاب
یک عمر با من باش، عمری است تنهایم

ساغر شفیعی



## ماهی سرخ

از راه دور اومدی
چشمه به چشمه جو به جو
با باله‌های نازکت
ماهی سرخ کوچولو
□
دلت می‌خواس بزرگ بشی
تو دریاها شنا کنی
بالا بری، پایین بیای
موجا رو جابجا کنی
□
بگو چی شد یه مرتبه
افتادی تو حوض کاشی
بشکنه دستی که می‌خواد
تو این جوری تنها باشی
□
غصه نخور نمی‌ذارم
تو حوض خونه پیر بشی
ماهی سرخ کوچولو
چرا باید اسیر بشی

ایرج قنبری

## دلخوشم

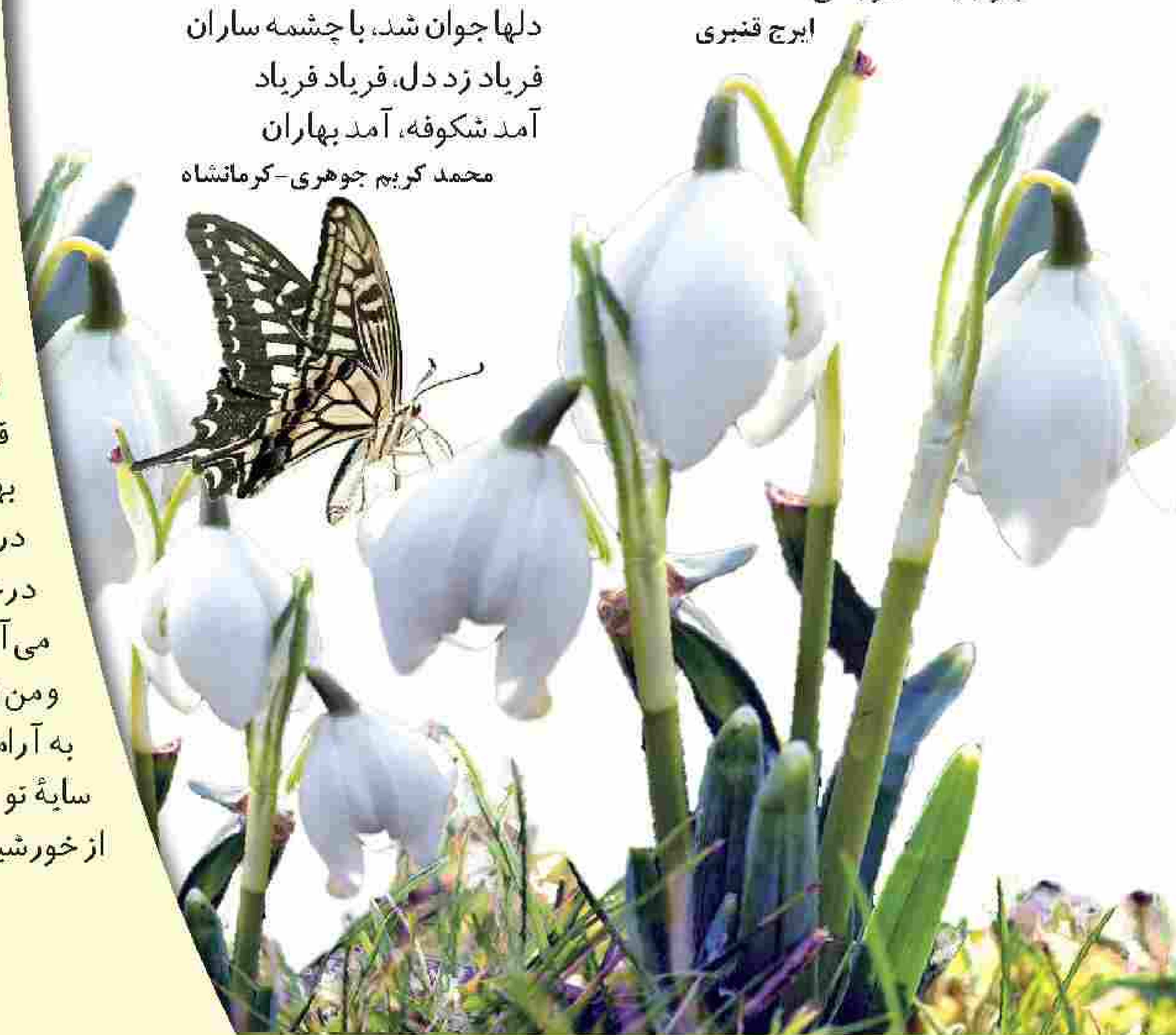
دلخوشم به تو
که سطر سطر شعرهایم را
خوانده‌ای
و به درخت بالنگی که
در قضا و قدر بالیده است
و به کلماتی که هنوز زنده‌اند
دلخوشم به تو
که همچنان از من
-این مجسمهٔ سنگی-
رو برنگردانده‌ای

محمدرضا مهدیزاده
بهار ۱۳۸۳

## بهاران

سر زد شکوفه، آمد بهاران
شد تازه بستان، با بوی باران
خواند چه زیبا، بلبل ترانه
با هر جوانه، بر شاخساران
چون یار آمد، با لاله، سنبل
آتش به پا کرد، در روزگاران
چون سرو آمد، همراه سوسن
خندد بنفشه، در سبزه زاران
جان تازه گردید، با بوی سبزه
دلها جوان شد، با چشمه ساران
فریاد زد دل، فریاد فریاد
آمد شکوفه، آمد بهاران

محمد کریم جوهری-کرمانشاه



## جوانه‌های ادبی

* آقای سیروان صبوری-سنندج

کاه با کلماتی چون چاه و راه قافیه می‌شود.

* آقای بهروز ملکی-زنجان

سروده‌اید:
کبوتری
از بامی برخاست
و بر شانهٔ من نشست
اقبالم چه بلند است...

اگرچه از نثر روزمره فاصله گرفته‌اید، با این حال باید مضامین بکر را شکار کنید و از تصاویر تازه غافل نشوید. شما می‌توانید سپید سرای خوبی بشوید.

* خانم روشنک کرمانی-کرمان

بیتی از حافظ را تقطیع می کنیم:
آن شب قدری که گویند اهل خلوت امشب است
یارب این تأثیر دولت در کدامین کوکب است
وزن این بیت: "فاعلاتن فاعلاتن فاعلاتن فاعلات" است:
آن شب قد =فاعلاتن
ری که گوین =فاعلاتن
د اهل خلوت =فاعلاتن
امشب است =فاعلات
یارب این تأ =فاعلاتن
ثیر دولت =فاعلاتن
در کدامین =فاعلاتن
کوکب است =فاعلات

کلمه "است" که در آخر هر دو مصراع تکرار شده ردیف و کلمه قبل از آن یعنی امشب و کوکب قافیه نام دارد.

* خانم ریحانه سمیعی-تهران

قسمتی از سروده شما را به امید دریافت آثار بهترتان می‌خوانیم:
در سایهٔ تو
درختان بسیاری
می آرامند
و من نیز
به آرامشی ناب می‌رسم
سایهٔ تو
از خورشید بهتر است

## بوی گل سرخ

بوی گل سرخ
باغ را
بیدار کرده است
و پنجره‌ها
نگاهشان را
به روبرو دوخته‌اند
تا بوی گل سرخ را ببینند

نسیم صارمی- تهران

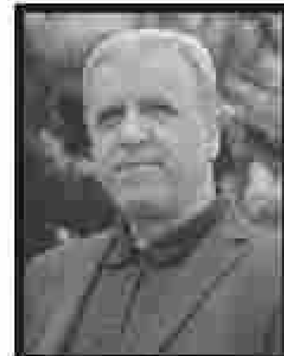
ای روح بخش بی‌بدل، وی لذت علم و عمل
باقی بهانه‌ست و دغل، کاین علت آمد و ان دوا
• مولوی

# رویان چیست و چه می‌کند؟

عباس آذرخش



**پژوهشکده رویان و تلاشها و موفقیتهای دانشمندان ایرانی این مرکز علمی از افتخارات این سرزمین است. برای آشنایی با فعالیت‌های این مرکز، تنی چند از تلاشگران و فعالان این مرکز را چندی پیش به دفتر مجله دعوت کرده و پای صحبت آنان نشستیم. در این گفتگو دکتر عبدالحسین شاهوردی، دکتر محمدرضا زمانیان و خانم دکتر پروانه افشاریان درباره موسسه رویان توضیح می دهند.**



*** آقای دکتر شاهوردی ضمن تشکر از شما به خاطر قبول دعوت مجله و حضورتان، ابتدا ضمن معرفی خودتان شمه‌ای درباره مرکز رویان توضیح دهید:**

-بسیار سپاسگزارم به خاطر فرصتی که فراهم کردید تا از مسیر این رسانه معتبر و پرسابقه گوشه‌ای از فعالیت‌های این مرکز را به اطلاع هممیهنان عزیز برسانم.

من عبدالحسین شاهوردی هستم.دارای دکترای جنین شناسی از دانشگاه تربیت مدرس و رئیس پژوهشگاه رویان جهاد دانشگاهی. ابتدا اجازه می‌خواهم درباره شناسنامه کلی این مرکز توضیح بدهم. بعد هم به مبحث ناباروری که موضوع مهمی است و کاری که رویان در مورد ناباروری صورت داد بپردازم. نخست جا دارد یادی کنم از دکتر کاظمی آشتیانی موسس پژوهشگاه رویان که منشاء خدمات فراوانی بوده‌اند. سپس باید گفت این دانش، دانشی جدید در ایران محسوب می‌شود. اصولاً در دنیا هم چندان سابقه طولانی ندارد چرا که نخستین فرزند از این طریق در اواخر دهه ۷۰ میلادی و همزمان با انقلاب ایران در انگلستان متولد شد و خود این فرد هم صاحب فرزند شد. شاید به نظر برسد که ناباروری یک بیماری نیست اما بخصوص در فرهنگ ما از هر بیماری دیگری شاید آزاردهنده‌تر باشد. اینکه چرا بچه‌دار نمی‌شویم و اینکه جواب در و همسایه را چه بدهیم و درباره ما چه قضاوتی می کنند از یک طرف و اینکه هر فرد دوست دارد فرزند و یادگاری از خون خودش داشته باشد. از طرف دیگر برای هر فردی مهم است...

شاهدیم که همین مساله باعث چه اختلافات و چه جدایی‌هایی در عین عشقی که زوجین نسبت به هم داشته‌اند شده است.

به خاطر همین مردم حاضرند زندگی خود را بفروشند تا این مشکل حل شود. در گذشته‌های نه چندان دور مردم برای حل مساله به خارج از کشور می‌رفتند و کلی هزینه می کردند و بسیاری هم نتیجه نمی گرفتند تا اینکه در ایران نهضتی شکل گرفت برای درمان این مشکل... همانطور که می‌دانید ابتدا در یزد یک مرکز ناباروری راه‌اندازی شد و تا مدتی همه به این شهر و به این مرکز می‌رفتند و بعد ما در تهران این مرکز را راه‌اندازی کرده‌ایم که قریب ۳ دهه سابقه دارد. بد نیست بدانید که مبحث ناباروری تنها نیاز به یک تخصص ندارد. باید جمعی از متخصصان روی آن کار و تشریک مساعی کنند. از متخصص غدد گرفته تا اورولوژیست و روانپزشک و روانشناس و تغذیه و جنین‌شناسی و ژنتیک.

همه اینها باید در یک تیم مشارکت داشته باشند. همانطور که عرض کردم ابتدا کار در یزد شروع شد و ما با یزد ارتباط برقرار کردیم و در این مدت رشد خوبی کشور داشت و در حال حاضر در هر استان دو مرکز ناباروری داریم. رفته رفته بالا آمدیم و رشد کردیم و توان علمی خودمان را بالا بردیم که در ابتدا به صورت کارگاهی کار می کردیم و حال که ۲۸ سال از آن زمان می گذرد بیستمین کنگره و جشنواره پژوهشگاه رویان را برگزار کردیم و حوزه عمل را گسترش دادیم. از جمله روی درمان بیماری‌های صعب‌العلاج در حال کاریم. وارد حوزه‌های همانندسازی شده‌ایم. گاه ما را با حیوانات شبیه‌سازی شده می‌شناسند. مثلاً رویانا یا حیوانات تراریخته مثل شنگول و منگول و نظایر آن. ورود به این عرصه‌ها برای این بود که ثابت کنیم می‌توان روی لبه دانش قدم برداشت و از طرف دیگر می‌خواستیم بگوییم که این دانش فواید متعددی دارد. خوشحالیم که حال دیگر رویان شناخته شده و هویت پیدا کرده. در حوزه نظری هم تلاشهای خوبی صورت گرفته. مجلات و مقالات و انتشارات علمی که در سطح سلولهای بنیادی و بحث ناباروری داشته و داریم حالا دارای اعتبار بین‌المللی است.

همین قدر بگوییم که در حال حاضر اقدامات ما با مراکز بین‌المللی ناباروری برابری می کند و دیگر بیماری را به خاطر فقدان تکنیکی به خارج نمی‌فرستیم. در بحث ناباروری ابتدا از روش IUI یا شستشوی اسپرم و تلقیح به زن استفاده می کردیم. بعد پروتکل جدیدی مطرح شد به نام IVF که لقاح خارج از رحم بود... به این صورت که تخمک و اسپرم را در آزمایشگاه در مجاورت هم قرار می‌دهند و جنین را منتقل می کنند. البته موارد دیگری هم هست. مثلاً بیمارانی هستند که اسپرم آنان دارای کیفیت یا کمیت لازم نیست در این صورت جنین شناس یک اسپرم دارای کیفیت را انتخاب و در تخمک تزریق می کند. ممکن است بیمار مشکل ژنتیکی داشته باشد ولی مشکل ناباروری نداشته باشد برای حل این مشکل جنین در آزمایشگاه تشکیل و بعد یکی از سلولهای این جنین را برداشته و بعد از بررسی ژنتیکی، جنین سالم را منتقل می کنند. به هر حال با مباحث تخصصی خسته‌تان نکنم. خلاصه اینکه رفته رفته آزمایشگاه ژنتیک با همکاری جنین‌شناسی بسیاری از مسائل را حل کرد. بحث ناباروری با بحث سلامت جنین همراه شده و حالا به بحث پیشگیری از سرطانها انجامیده است. بسیاری در سن بلوغ یا پیش از آن دچار مشکل می‌شوند که در این موسسه مشکل را قبل از ازدواج حل می کنیم یعنی امروزه به بررسی شجره‌نامه افراد می‌پردازیم، بیماری‌های خانوادگی رصد می‌شود و سعی می‌شود این بیماری‌های ارثی منتقل نشود. زمانی با دیدن یک جنین بیمار، مجوز سقط می‌دادند، اما الان با تکنولوژی جدید، می گویند قبل از اینکه جنین را منتقل کنید، سلامت آن را مشخص کنید. علاوه‌بر این، اگر مردی برای یک سرطان به پرتو درمانی نیاز داشته باشد، پیش از پرتودرمانی، از سلول جنسی او نمونه ذخیره برمی‌دارند و فریز می کنند و در نیتروژن ‎-196C‎ نگهداری می کنند تا او برای بقای نسل خود، دچار مشکل نشود و امیدوار باشد و تحت درمان سرطان قرار گیرد.

*** ممنونم از توضیحات خوبی که ارائه دادید. آقای دکتر زمانیان، جنابعالی ضمن معرفی خودتان لطفاً درباره آزمایشگاه ژنتیک**

**و کارهایی که صورت می‌دهید بفرمایید.**

-ضمن تشکر از شما بنده دکتر محمدرضا زمانیان هستم. متخصص ژنتیک با سابقه ۸ سال افتخار همکاری با پژوهشگاه رویان و در حال حاضر هم مسئولیت فنی آزمایشگاه ژنتیک این مرکز را به عهده دارم.

همانطور که می‌دانید برخی از عوامل ناباروری در آقایان و خانمها مربوط به علل ژنتیکی است، تستهای تشخیص ژنتیکی کمک می کند عیوب ژنتیکی مسئول ناباروری شخص شود، یکی از کارهایی که ما در آزمایشگاه ژنتیک رویان انجام می‌دهیم ارائه تست‌های تشخیصی است. این فرایند مشخص می کند که آیا دلیل ناباروری زوجین، مساله ژنتیکی است یا خیر. برخی از بیماری‌های ژنتیکی شناخته شده که در ایران هم وجود دارد، مانند تالاسمی، نقش بالایی دارد. قبل از این پدر و مادرهایی که ناقل تالاسمی بودند مجبور بودند، همانگونه که گفته شد، بروند به صورت طبیعی باردار شوند و اواسط بارداری و جنین بررسی ژنتیکی شود و اگر جنین مبتلا بود، آن را سقط کنند. می‌دانیم که سقط جنین چه هزینه‌های روحی و مالی و همین طور اکراه شرعی برای خانواده‌ها دارد. حالا کاری که ما می‌توانیم برای آنها بکنیم این است که وقتی جنین در آزمایشگاه تشکیل می‌شود، مشخصات سلول را از نظر ژنتیکی از منظر ابتلای به تالاسمی بررسی می کنیم و جنین‌هایی برای انتقال به زوجین انتخاب کنیم که در واقع مبتلا به تالاسمی نیستند، درواقع اینها از بین تعدادی جنین انتخاب و جنین‌های سالم تشخیص داده می‌شوند و دیگر لازم نیست زوج‌ها بروند مجوز سقط بگیرند. در ضمن برخی از این زوجین، نابارور هم هستند و مجبور هستند از این مسیر حرکت کنند. کاری که در سال ۹۲ با تالاسمی شروع شد این بود که اولین بچه سالم زوجین تالاسمی در این سال به دنیا آمد. از آن موقع ما تعداد رصد بیماریهای ژنتیکی را گسترش دادیم و الان دهها بیماری ژنتیکی، مثل تالاسمی، هموفیلی، ناشنوایی و ای بی (بیماری پروانه‌ای) را رصد می کنیم و خدمت ارائه می‌دهیم.

*** چه اهرمهای بازدارنده‌ای وجود دارد که این ابزار به یک ابزار لوکس و به اصطلاح لاکچری تبدیل نشود و مثلاً افرادی که تمکن مالی دارند، با مراجعه به رویان، سعی کنند کمترین خطای ژنتیکی و انتقال بیماری را در کودک خود شاهد باشند و چه بسا به صورت تبعیض‌آمیز با مهندسی ژنتیک، درصدد اصلاح ژنتیک فرزندان خود هم برآیند؟**

**دکتر زمانیان** -این برمی گردد به اخلاق علمی، نمی توان پذیرفت که فردی متمول بیاید و بگوید چون من پول دارم، برایم بهترین جنین را انتخاب کنید.به هر حال کار ما این نیست.



***آیا در کشورهای دیگر این کار را می کنند؟**

**زمانیان**- هرگز امکان ندارد.

***در برابر کشورهای رقیب، رویان چه جایگاهی دارد؟**

در تشخیص ژنتیکی و لانه گزینی، ایران کمتر از استاندارد جهانی نیست. به عنوان مثال یکی از موفقیتهای ما در سال ۹۶ بود یعنی غیر از اینکه ما جنینی انتخاب کردیم که تالاسمی نداشت (چون آن زوج، بچه‌ای تالاسمی در ابتدا داشتند) فرزندی انتخاب کردیم که از لحاظ پیوند با فرزند اولی، تطبیق داشته باشد. یعنی بچه دوم بشود. منبع یا دهنده پیوند بچه اول و این اولین بار در ایران بود که اتفاق افتاد. اتفاقاً زوج تبعه عراقی بودند که مبتلا به تالاسمی بودند.

***با تشکر از شما... خانم دکتر ببخشید که کمی دیر نوبت به شما رسید. بفرمایید**



ممنونم از شما و دعوتتان. **پروانه افشاریان** هستم. معاون پژوهشی وفناوری رویان، تخصص من فارماکولوژی است. در ادامه سخنان دکتر زمانیان باید عرض کنم که خدمات کشورهای دیگر به بیماران، بیش از آنچه در رویان ارائه می‌شود نیست. همه کشورها مثل انگلستان و آمریکا، خدمات می‌دهند. چین بزرگترین مرکز خدمات مقابله با ناباروری را دارد حتی جمهوری آذربایجان هم مرکز ناباروری راه‌اندازی کرده و بسیار هم هزینه خدمات آن بالاست. اما اینجا اینطور نیست به همین خاطر ما در ایران گردشگر درمانی داریم و خیلی از شهروندان کشورهای منطقه به ایران مراجعه می کنند.

**دکتر شاهوردی**: در بحث ناباروری یک سری مسائل مذهبی وجود دارد. مثلاً اهل تسنن یک سری قواعد خاص دارند. یا مثلاً در کشورهای اروپایی مانند اسپانیا، موضوعاتی چون اهدای جنین و بررسی ژنتیکی انجام می‌شود اما در آلمان و ایتالیا محدودیت وجود دارد! و خیلی از اروپایی‌ها برای این موضوعات به اسپانیا مراجعه می کنند.

***به نظر می‌رسد بحث مذهب نیست، بلکه بیشتر فرهنگی است!**

**دکتر زمانیان**- حتی در کشور پیشرفته‌ای مثل فرانسه بحث تشخیص پیش از جنین را انجام نمی دهند. چون اعتقاد دارند انتخاب و حذف سلولهای هشتگانه جنین، از لحاظ اخلاقی مشکل دارد.

**شاهوردی**- در موضوع همانندسازی در همه ادیان، منع قانونی و محدودیت وجود دارد. در کشور خود ما هم وقتی برای سلولهای بنیادی استفتا از مقام معظم رهبری گرفته شد، گفتند: اما مواظب باشید، تولید قطعات یدکی منجر به تولید انسان یدکی نشود!

**همین قدر بگوییم که در حال حاضر اقدامات ما با مراکز بین‌المللی ناباروری برابری می‌کند و دیگر بیماری را به‌خاطر فقدان تکنیکی به خارج نمی‌فرستیم**

همیشه کشورها از دیرباز، حتی از دوران بوعلی سینا، اطلاعات علمی خود را مخفی نگه می‌داشتند، در واقع علم را به عنوان سلاح و قدرت می‌دانستند. در صورت ظاهر یک ابرقدرت یا دیکتاتور نمی گوید که من مخالف اخلاق هستم اما پشت قضیه، آیا امکان دارد که اسپرم یک انسان فوت شده در چند دهه پیش، برای اصلاح ژنتیک و مقاصد نظامی مثلاً تولید سربازهای ترا ریخته استفاده شود؟

**شاهوردی**-در بحث اهدا بسیاری از علما می گویند مشکلی نیست.

**شاهوردی**- در کشور ما آئین نامه‌ای برای اهدای جنین است. مثلاً ۶ جنین در آزمایشگاه می‌تواند وجود داشته باشد و جنینی از این ۶ جنین با رعایت اصول به زوجی که نمی‌توانند باروری داشته باشند، منتقل شود. در همین هم مساله وجود دارد الان جنین را به زوجی می دهند بعد طرف بعد از ۹ ماه حاملگی مدعی شده است که این فرزند من است!این موارد مسائل خیلی پیچیده‌ای ایجاد می کند و هر کدام سوژه خاصی دارد.مثلاً در بحث رحم اجاره‌ای، خانمی که رحم خود را اجاره داده است، بعد از همه مسائل بررسی ژنتیکی، با فرزندی ناقص و معلول مواجه می‌شود که والدین آن از پذیرش فرزند منصرف می‌شوند! این مسائل در ساحت اخلاق بسیار پیچیده است و جای کار و بررسی دارد.



علاج دردهای ما اغلب در وجود خودمان قرار دارد ●شکسپیر

# شاید وقتی دیگر



ترانه شکیبا

اتوبوس، آخرین میدانگاهی بندر را دور زد و همین که پشت به دریا، افتاد توی جاده، سرعت گرفت.هنوز چند دقیقه‌ای نگذشته بود که همسفر بغل دستی‌ام که مردی میانه‌سال و تقریباً همسن خودم بود، گفت: ببخشید آقا ممکن است جایتان را با من عوض کنید؟من حالم خوش نیست و هر از گاهی احتیاج به‌هوای تازه دارم.

نمی‌دانم دلم برایش سوخت، یا دلیل دیگری داشت که راضی شدم جایم را به او بدهم. تشکر کرد و هنوز کاملاً جا به‌جا نشده بود که پرسید:

- کی به مقصد می‌رسیم؟

- فکر کنم نزدیک سحر... شاید هم سپیده‌دم.

او دیگر چیزی نگفت، پشتی صندلی را تا آن‌جا که ممکن بود، به‌عقب خواباند، تکیه داد، سرش را به شیشه چسباند و چشمانش را روی هم گذاشت و من اندیشیدم:

"اگر مجبور نبودم، هرگز به این سفر طولانی و کسالت‌بار نمی‌رفتم، اما چه کنم که از داروی مخصوص بیماری‌ام، یک دانه بیشتر باقی نمانده و چون در داروخانه‌های بندر موجود نیست، ناگزیرم به سفر بروم و..."

از مدتی پیش دچار یک نوع عارضه مغزی شده بودم. بیماری با یک سردرد عادی شروع شد که بعد از چند روز شدت گرفت. اول فکر کردم ممکن است از میگرن باشد و درمان‌های خودسرانه‌ای را برای رفع سردرد میگرنی شروع کردم، اما وقتی فایده‌ای نکرد، نزد دکتر رفتم و دکتر بعد از انجام معاینات و آزمایش‌های دقیق عکسبرداری و نوار مغزی گرفتن گفت:

- این نوع سردرد مربوط به یک جور عارضه مغزی است.

بعد تنها دارویی که تجویز کرد، یک نوع کپسول آبی‌رنگ کوچک بود، که گفت باید از تهران تهیه کنم و همیشه در دسترسم باشد. چون تأثیر آن دارو، علاوه بر تسکین سردرد در پیشگیری از سکته مغزی هم موثر است و مخصوصا سفارش کرد:هر وقت سردرد گرفتی و احساس کردی سق دهانت خشک شده و در گوش‌هایت صدایی مثل صدای باد پیچید یا کف دستهایت عرق سرد کرد و شقیقه‌هایت دچار سوزش شد، بدون معطلی یک کپسول بخور!

تا آن‌موقع خیلی کم دارو خورده بودم و چون برایم مصرف دارو آسان نبود، پرسیدم:

- اگر نخورم؟

خیلی صریح جواب‌داد: سکته مغزی... فقط یک درصد ممکن است اتفاقی نیفتد.

بی‌اختیار، دستم به‌سمت جیبم رفت، تا از بودن همان یک دانه کپسول که تنها داروی دردم بود، مطمئن شوم. وقتی قوطی دارو را لمس کردم، با اینکه می‌دانستم در آن فقط یک دانه کپسول باقی مانده، باز برای اطمینان خاطر قوطی کوچک را از جیب بیرون آوردم و تا چشمم به کپسول درون آن نیفتاد، خیالم راحت نشد.

همسفرم چشمهایش را گشود، سرش را به طرف من چرخاند، کمی شیشه اتوبوس را باز کرد و در حالی که باد خنک شامگاهی به داخل می‌وزید، پشتی صندلی را به‌حالت اولش برگرداند و شروع کرد به حرف زدن و اینکه برای پسرش زن گرفته، دخترش را فرستاده خانه بخت و با همسر و کوچک‌ترین فرزندش زندگی می کند... بعد از من پرسید: شما چند تا بچه داری؟

- من هنوز ازدواج نکرده‌ام.

شگفت‌زده شد و پرسید:چرا؟

همان چرا، مرا به گذشته‌های دور برد و یاد دختر عمویم هاجر افتادم:

"سال‌ها پیش بود... خانواده‌هایمان اولین قدم‌ها را برای ازدواج ما برداشته بودند، عشق پاک و صمیمانه‌یی بین ما وجود داشت، عشقی مثل یک چشمه‌سار زلال که هر تیرگی را از جان و روحمان می‌شست. همه حرف‌ها زده شده و حتی تاریخ عقدمان را مشخص کرده بودند... که موقع عبور از عرض خیابان، قربانی سرعت یک راننده بی‌احتیاط شد و وقتی او را از دست دادم، احساس کردم هیچ دختر دیگری نمی‌تواند مرا خوشبخت کند و..."

اما گفتن این حرف‌ها برای همسفرم چه فایده‌ای داشت؟ این بود که در جواب سوالش سربسته گفتم: خب... بالاخره هر کسی توی زندگی‌اش مسایلی دردا!

سرش را تکان داد و گفت:

- درست می گویی. هر کس دردی دارد. دردهای زمانه عجیب و غریب است. مثلا خود من... چه جوری بگویم... باید همیشه دارو بخورم. یک جور کپسول هست که این‌جا پیدا نمی‌شود...

گوش‌هایم تیز شد، خاموش و حیرت‌زده، چشم به‌دهانش دوختم و منتظر بقیه حرفش ماندم و بی‌اختیار در دل گفتم:

- دو همدرد؟ چه اتفاق عجیبی و...

او ادامه داد: ببینید... داروهای من این است که باید همیشه همراه داشته باشم.

دست به داخل جیبش برد و یک قوطی کوچک بیرون آورد و مقابل روشنایی چراغ سقفی اتوبوس گرفت. همان دارویی بود که من هم مصرف می کردم. انگار قوطی را از جیب من درآورده بود. قوطی را باز کرد و یک‌مرتبه، حس کردم لحن کلامش عوض شد:

- واویلا... اشتباهی آورده‌ام... قوطی خالی را به‌جای آن که پر بود، برداشته‌ام.

باورم نمی‌شد. پاک گیج شده بودم. از یک طرف تعجب می کردم که چگونه تقدیر ما دو نفر همدرد را کنار هم قرار داده و از طرف دیگر حالت همسفرم، ناراحتم کرد. او خودباخته و دستپاچه، با پریشانی گفت:

- اگر بین راه حالم بد شود؟ اگر دهانم... اگر شقیقه‌هایم... اگر گوشم صدا بدهد و کف دستم عرق کند... اگر علایم سکته مغزی... چه خاکی به سرم بریزم؟

درست مثل بچه‌ای مادر گم کرده پریشان خاطر شده بود. تأثیری نداشت که بگویم من‌هم همان درد و بیماری او را دارم. شاید اگر می گفتم، حرفم بر وحشتش می‌افزود. از آن گذشته من فقط یک

دانه کپسول از داروی مورد نیازمان را داشتم و آن یک کپسول، فقط می‌توانست یکی از ما را آسوده‌خیال نگه دارد. به این جهت ترجیح دادم سکوت کنم و فقط دلداری‌اش دادم:

- انشاءالله طوری نمی‌شود، به‌مقصد که رسیدیم، تهیه می کنی.

دیگر چیزی نگفت، اما پیدا بود که در درونش غوغایی برپاست و... اتوبوس تاریکی شب را می‌شکافت و پیش می‌رفت.

***

اتوبوس جلو یک رستوران بین راهی ایستاد و مسافران برای شام خوردن پیاده شدند. همسفر و همدرد من نیز، پریده‌رنگ، با گام‌های لرزان پیاده شد، به زحمت راه می‌رفت، با هم پشت یک میز نشستیم و سفارش غذا دادیم. با بی‌اشتهایی چند قاشق غذا خورد و ناگهان متوجه شدم چشمانش از فرط وحشت از حدقه بیرون زد، دست مرا در دست‌هایش گرفت و بریده بریده گفت:

- صدا... صدا توی گوشم می‌پیچد... دهانم خشک شده و شقیقه‌هایم...

عرق سرد کف دستش را احساس کردم. دیگر تامل جایز نبود. فوری قوطی دارویم را از جیب بیرون آوردم و تنها کپسول را به سوی او گرفتم.

- نمی‌فهمم... پس شما هم...

- بله. من هم همین درد را دارم.

قوطی دارو را جلو صورتش گرفتم و ادامه دادم: ببین، همان دارویی است که شما مصرف می کنی.

قوطی خالی را روی میز گذاشتم. همسفرم قوطی را نگاه کرد و وقتی متوجه شد همان یک کپسول را دارم، تعجب‌زده گفت:

- پس خودت... خودت می‌خواهی چکار کنی؟

- نمی‌دانم... اما الان شما در معرض سکته مغزی هستی.

کپسول را به دستش دادم و دویدم تا برایش آب بیاورم. وقتی برگشتم، همچنان دچار ناراحتی بود، اما آرام آرام، مثل اینکه حالش بهتر می‌شد. جرعه‌ای آب نوشید و نفس عمیقی کشید.

دقایقی بعد سوار شدیم و اتوبوس به‌راه افتاد. آن شب لحظات و دقایقی پر از ترس و دلهره را گذراندم. دقایقی که هر لحظه‌اش به‌درازی یک سال بود. سرانجام به مقصد رسیدیم و پیاده شدیم و با همسفرم در حاشیه خیابان به‌راه افتادیم. هوا لطافت خاصی داشت و وقتی به یک چهارراه رسیدیم، آن مرد گفت:

- خب دیگر... من باید از این‌طرف بروم.

دست یکدیگر را فشردیم و هر کدام از طرفی رفتیم، اما هنوز چند قدم از همدیگر فاصله نگرفته بودیم که برگشت و صدایم زد. ایستادم و او به‌طرفم آمد: راستی... چیزی را فراموش کردم به شما بدهم.

دست به‌جیب برد و یک دانه کپسول آبی‌رنگ، همان که داروی درد هر دو نفرمان بود، بیرون آورد. حیرت‌زده گفتم:

- اما شما که دیشب گفتی از این دارو نداری.

- الان هم همین را می گویم.

- پس این کپسول؟

خندید و گفت:

- گاهی بعضی حرف‌ها و حرکت‌ها آدم را چنان تکان می‌دهد که حتی مرگ جرات نمی کند به آدم نزدیک شود. کار دیشب شما یکی از همان حرکت ها بود.

وقتی رفتی آب بیاوری، حس کردم حالم آن‌قدرها هم بد نیست و کپسول را نخوردم و می‌بینی که طوری هم نشد. سپس در چشمانم خیره شد و افزود: اصلاً نکند ما دچار توهّم هستیم؟

کپسولی را که به‌او داده بودم، میان دو انگشت گرفت و ادامه داد:

- بگیرید... من احساس می کنم حالم خیلی خوب است و هیچ‌وقت مثل حالا نبوده‌ام.

پاک گیج شده بودم. یک لحظه فکر کردم که شاید من هم هرگز بیمار نبوده و هیچ‌وقت به دکتری مراجعه نکرده‌ام.

- نزد شما باشد!

با لحنی آمرانه، که انگار از ژرفای وجودش مایه می گرفت گفت: بگیرید.

کپسول را گرفتم و مرد که آماده شده بود برود، مکثی کرد و گفت:

- نگهش دارید... بگذارید باشد... کسی چه می‌داند شاید در شبی یا روزی دیگر... شاید یک نفر دیگر...

این را گفت و در طلوع سپیده، به راه‌افتاد و من، زیر لب زمزمه کردم:

- شبی یا روزی دیگر... شاید یک نفر دیگر!

... و آفتاب در کار دمیدن بود.

تنها راه به‌وجود آوردن تغییر، داشتن یک روح بلند است

● آنتونی رابینز

رامسین کبریتی:

## رفتنم به "جم" اشتباه بود

**رامسین کبریتی بازیگر سینما، تئاتر و تلویزیون که چند سال قبل به شبکه ماهواره ای جم پیوست و سپس از آن جدا شد درباره رفتنش و ماجرای ممنوع الکاری اش حرفهای جالبی زد و ...**

روزی که سری جدید سریال ستایش را می‌خواستند شروع کنند، آقای سلطانی با من تماس گرفت و از من دعوت کرد که در این سریال بازی کنم اما من گفتم که به من اجازه کار نمی‌دهند، اگر اجازه بدهند می آیم و بازی می کنم، البته کسی به من چیزی در مورد ممنوع الکاری نگفته بود اما خودم می‌دانم که اجازه بازی ندارم.

این بازیگر سینما اظهار داشت: فکر نمی کنم تا ۲ سال دیگر بتوانم به ایران برگردم، من اشتباهم را پذیرفته ام، نباید به شبکه جم می‌رفتم اما رفتم و الان پذیرای این هستم که به من اجازه کار ندهند، هر انسانی خطا می کند و باید خطای خودش را بپذیرد؛ آن زمان شرایط خوبی نداشتم و مجبور شدم که به شبکه جم بروم و اشتباه کردم، به قول آقای داریوش ارجمند شاید بهتر بود با او مشورت کرده بودم اما متأسفانه این کار را نکردم و در حال حاضر هم از این اشتباه پشیمان هستم.

کبریتی اذعان داشت: الان در کانادا زندگی می کنم و مشغول به کار پذیرش دانشجو هستم، هیچ کاری که مربوط به بازیگری و ماهواره باشد انجام نمی‌دهم چون نمی‌خواهم دوباره حاشیه ای برایم پیش بیاید و منتظرم که این دوران تمام شود تا شرایط مساعد شود و بتوانم به ایران برگردم و به کارم ادامه دهم، البته اگر هم اجازه کار به من ندهند مجبورم به شغل دیگری مشغول شوم.



وی خاطرنشان کرد: دلم برای تک تک همکاران و دوستانم تنگ شده است و از تمام همکارانم جز خاطره خوش چیزی نداشته‌ام؛ در این مدت هم که کانادا هستم اکثر سریال های ایرانی را دنبال می کنم و با عشق آنها را می‌بینم. سریال هیولا، گاندو، ممنوعه و... را در این مدت دیده ام، کار همکارانم را می‌بینم و لذت می‌برم و دعا می کنم اتفاقی که برای من افتاد برای هیچکدام از آنها پیش نیاید و مجبور نشوند که تصمیم اشتباه بگیرند.

رامسین کبریتی در پایان گفت: من آدم روابط و مهمانیها نبودم، به همین دلیل کم کار و کم کارتر می‌شدم. باز هم عرض می کنم که مجبور شدم به شبکه جم بروم اما خیلی وقت است که از رفتنم پشیمانم.

مریم احمدی

# گفتگوی نوروزی با "لیلا بلوکات" بازیگر سینما و تلویزیون:

# تا چند سال پیش عیدی می گرفتیم!

**لیلا بلوکات متولد ۴ آذر ماه سال ۱۳۶۰ در تهران، بازیگر سینما، تلویزیون و تئاتر ایران است. او دو خواهر و یک برادر دارد. لیلا بلوکات از سال ۱۳۷۷ با تئاترهای کودک در فرهنگسرا کار خود را شروع کرد و از سال ۱۳۷۸ با بازی در مجموعه "روزهای زندگی" به کار گردانی سیروس مقدم رسماً وارد حرفه بازیگری شد. لیلا بلوکات پس از حضور موفق در مجموعه تلویزیونی "یوسف پیامبر" و بازی در نقش همسر آخناتون بیشتر دیده شد. لیلا بلوکات موسس خیریه مهر لیلا می‌باشد. او دوره خوبی را در سینما و تلویزیون طی می کند. انتخاب‌ها و روند حضورش در سینما و تلویزیون نشان می‌دهد در این حضور آهسته و پیوسته، حرفه‌ای در مسیر موفقیت قرار گرفته است؛ آسمان همیشه ابری نیست، سایه روشن، راز و نیاز، اخراجیها، راز پنهان، زمانی برای عاشقی، هشتگ خاله سوسکه، جیب‌بر خیابان جنوبی، عملیات مهد کودک، لحظه گرگ و میش، آس و پاس، دراکولا، از یادها رفته و... از جمله فیلم‌ها و سریال‌هایی است که بلوکات در آن به ایفای نقش پرداخته است.**



**از فرشبافی تا بازیگری**

اولویتم برای تحصیل، شرکت در هنرستان صدا و سیما بود که متاسفانه ظرفیتها پر شده بود. در نتیجه من را به هنرستان کار و دانش معرفی کردند تا آنجا ادامه تحصیل دهم. در آن مدرسه هم فقط رشته فرش‌بافی ظرفیت خالی داشت و مجبور شدم برای ورود به رشته هنری ثبت‌نام کنم. نهایتاً به دانشگاه راه پیدا کردم و در کنارش کلاس‌های بازیگری میکائیل شهرستانی، امین تارخ و ورکشاپ‌های استاد سمندریان را گذراندم. سال ۱۳۷۷ بود که در فرهنگسراها تئاتر اجرا می کردم و برای نخستین بار در مجموعه تلویزیونی سیروس مقدم و مجید اوجی جلوی دوربین رفتم.

**عاشق سفر**

من عاشق سفرم و از سفرهای طبیعت گردی و کمپ زدن تا سفر به کشورهای دیگر را تجربه کرده‌ام. یکی از آرزوهایم این است که بتوانم کل دنیا را ببینم. ضمناً جزو قشر مرفه جامعه هم نیستم و زندگی متوسطی دارم (و خدا را شکر راضی‌ام) اما از هر فرصتی برای برنامه ریزی سفری خاطره‌انگیز استقبال می کنم.

**عاشق کتابخوانی و فیلم دیدن**

گذشته از ورزش که شاید بتوانم بگویم مهمترین تفریح زندگی‌ام محسوب می‌شود به شدت اهل کتاب و فیلم هستم. معمولاً فیلم‌های موفق در فستیوال‌های جهانی را می‌بینم و اگر هم کسی فیلمی را توصیه کند سعی می کنم وقت بگذارم و آن فیلم را تماشا کنم. وقتی به فیلم بینی بیفتم گاهی حتی ممکن است هر شب سه، چهار فیلم ببینم.

کتابخوانی نیز یکی از برنامه‌های همیشگی زندگی‌ام است. در نوجوانی بیشتر رمان می‌خواندم و از زمانی که بازیگری را به شکل حرفه‌ای شروع کردم، بیشتر کتاب‌های مربوط به سینما و بازیگری را می‌خوانم. در کنار اینها به کتاب‌های شعر و فلسفی نیز علاقه دارم. آخرین کتابی که خواندم "چهار اثر از فلورانس اسکاول شین" بود که بسیار مرا جذب کرد. همینطور کتاب‌های خانم تهمینه میلانی را هم به تازگی خوانده‌ام. کتاب "هزار و یک شب" آخرین کتابی بود که از خانم میلانی خواندم.

**سفر با یک کوله پشتی**

اگر پول داشته باشم شاهانه سفر می کنم! اگر پول کافی نداشته باشم ساده و معمولی سفر می کنم. نباید به خاطر اینکه فکر می کنیم سفر ممکن است پرهزینه باشد این لذت را از زندگی‌مان حذف کنیم. می‌توان با کمترین هزینه به سفر رفت و لذت برد. می‌توان با اتوبوس به دامان طبیعت رفت، پیاده‌روی کرد و مکان‌های زیبای کشور را کشف کرد. با یک دوربین، کمی پول و همراهی همسفران خوب می‌توانیم به سفر برویم و از این سفرهای دسته جمعی کلی خاطره قشنگ داشته باشیم. من شخصاً سفرهای گروهی، طبیعت گردی، خوابیدن در چادر و گشت و گذار با یک کوله‌پشتی را تجربه کرده‌ام و سفرهای کم هزینه را هم یاد گرفته‌ام.

به شدت دوست دارم با فرهنگ اقوام مختلف کشور خودمان و سایر کشورها آشنا شوم. در هر سفری از غذاهای مخصوص آن منطقه یا شهر استفاده می کنم و سعی می کنم تا جاذبه‌های گردشگری آن منطقه مانند مکان‌های تاریخی و زیبایی‌های طبیعت را از دست ندهم.

از ارتباط برقرار کردن با مردمی از فرهنگ‌های گوناگون لذت می‌برم و آشنایی با رسم و رسوم و آیینهای شان برایم لذت‌بخش است. در اغلب سفرها بُعد ماجراجویی بسیار پررنگ است و این درست همان چیزی است که با روحیه من همخوانی کامل دارد (می خندد).

**از بدل استفاده نمی‌کنم**

من فکر می کنم ما بازیگران باید اهمیت زیادی برای ورزش قائل شویم چرا که آمادگی بدنی

برای هر بازیگری ضروری است. برای بازی در نقش‌های مختلف باید سوارکاری، اسکی و... بلد باشیم. در نقش‌های تاریخی اکثراً به سوارکاری نیاز است. همچنین در فیلم‌ها و سریال‌های اکشن بازیگران باید آمادگی جسمانی برای دویدن یا حضور در سکانس‌های پر زد و خورد را داشته باشند. من همیشه در کارهای اکشن به راحتی حضور پیدا می کنم و بخاطر داشتن آمادگی جسمانی تاکنون از بدل استفاده نکرده‌ام.

**تفاوت عیدهای دیروز و امروز**

رابطه‌ام با عید و نوروز بد نیست اما یک زمانی که کوچکتر بودم عید حال و هوای دیگری برایم داشت و خیلی دوست‌داشتنی بود. آن‌موقع از یک ماه قبل از عید انگیزه و هیجان زیادی در من ایجاد می‌شد؛ خرید لباس نو، عیدی، مسافرت و... ولی آدم وقتی بزرگ‌تر می‌شود گرفتاری‌هایش هم بیشتر می‌شود و نوع نگاهش تغییر می کند. دغدغه‌های ذهنی و کاری باعث می‌شود که در یک چشم‌به‌هم زدن روزها و ماهها سپری شود و واقعاً دیگر آن حال و هوای دوران کودکی را ندارد. هنوز هم دوست دارم که عید برایم همان حال و هوای کودکی را داشته باشد ولی واقعاً دیگر آن حس وجود ندارد و تنها جذابیت عید برایم همان سمبلیک بودنش است ضمن اینکه واقعا چند سالی است که عیدها، بوی عید نمی‌دهند و مثل سال‌های قبل نیستند!

**پایبند شدید سنّتها**

دوست دارم در لحظه تحویل سال کنار خانواده‌ام باشم و این اتفاق در تمام طول زندگی‌ام افتاده است و امیدوارم که سایه آنها همیشه بالای سرم باشد. من آدمی هستم که به سنت‌ها بسیار پایبندم و احترام می گذارم. نه تنها در ایام عید نوروز بلکه من به مناسبت‌هایی چون ایام محرم، ماه رمضان و... نیز بسیار معتقد و متعهد هستم و زنده نگه داشتن این سنت‌ها برایم خیلی مهم است. عید نوروز هم که در واقع یکی از کهن‌ترین اعیاد ما ایرانی‌هاست که سال‌ها در فرهنگ ما ریشه داشته و اجداد ما همگی آن را زنده نگه داشته‌اند تا امروز به دست ما رسیده است و به نظرم این وظیفه ماست که آیین، رسوم و سنت‌های ایرانی را زنده نگه داریم و آنها را حفظ کنیم.

**فرصتی برای دید و بازدید**

دوست دارم در این ایام بیشتر اعضای خانواده، اقوام و دوستانم را ملاقات کنم. متاسفانه شرایط زندگی ما طوری شده است که حتی اقوام درجه یک را هم سال به سال ملاقات می کنیم و دیگر صله رحم و دیدار با اقوام مانند گذشته نیست و به همین دلیل دوست دارم از این فرصت استفاده کنم و در ایام نوروز بیشتر به دیدن اقوام و اعضای خانواده بپردازم.

**سال‌هاست عیدی نمی‌گیریم!**

دیگر سال‌هاست که کسی به ما عیدی نمی‌دهد (باخنده)! تا چند سال پیش عیدی می گرفتیم و حالا دیگر چندسالی هست که باید عیدی بدهیم ضمن اینکه زمانی که ما عیدی می گرفتیم واقعاً یک اسکناس هزار تومانی هم ما را خوشحال می کرد ولی در این دوره و زمانه دیگر یک تراول ۵۰هزار تومانی هم بابت عیدی، آدم را خوشحال نمی کند.

**عاشق خانواده‌ام هستم**

من عاشق خانواده‌ام هستم و بسیار خانواده‌دوستم. رابطه‌ام با اعضای خانواده‌ام بسیار صمیمی و نزدیک است. یکی از خواهرهایم نوشا نام دارد که ازدواج کرده است و رشته تحصیلی‌اش مهندس برق والکترونیک بوده و رادمان خواهرزاده عزیزم، فرزند نوشاست. خواهر کوچکترم میترا نام دارد که مدیریت ایرانگردی و جهانگردی خوانده است و یک برادر هم دارم که نقشه‌کشی صنعتی خوانده است. در خانواده‌مان من تنها کسی هستم که کار هنری انجام می‌دهم هرچند خواهرم میترا زمانی که ۷-۶ ساله بود در سریالی از آقای سیروس مقدم نقش دختر خانم افسانه بایگان را بازی کرد ولی در کل علاقه‌ای به ادامه این حرفه نداشت.

**اتفاقات خوب و خوش در سال جدید**

دوست دارم اتفاقات خوب زیادی در سال جدید برایم بیفتد؛ چه در زندگی شخصی و چه در کار حرفه‌ای‌ام. این دعایی است که هر سال برای خودم دارم ولی متاسفانه هر سال دریغ از پارسال چون شرایط آن‌طوری که باید و شاید ایجاد نمی‌شود ولی مطمئن هستم که امسال اتفاقات خوبی برایم رخ خواهد داد.

**دعایی برای سال جدید**

من همیشه دعایم برای همه مردم، همه دوستداران و همه دوستانم این است که حال روحی‌شان خوب باشد و همه را خوشحال ببینم. وقتی آدم‌ها حال‌شان خوب است و آرامش دارند و خندان هستند، مطمئناً می‌توانند زندگی بهتری داشته باشند. برای همه آرزوی خیر می کنم و امیدوارم همه به آرامش برسند، افسردگی و بیماری از همه دور باشد.

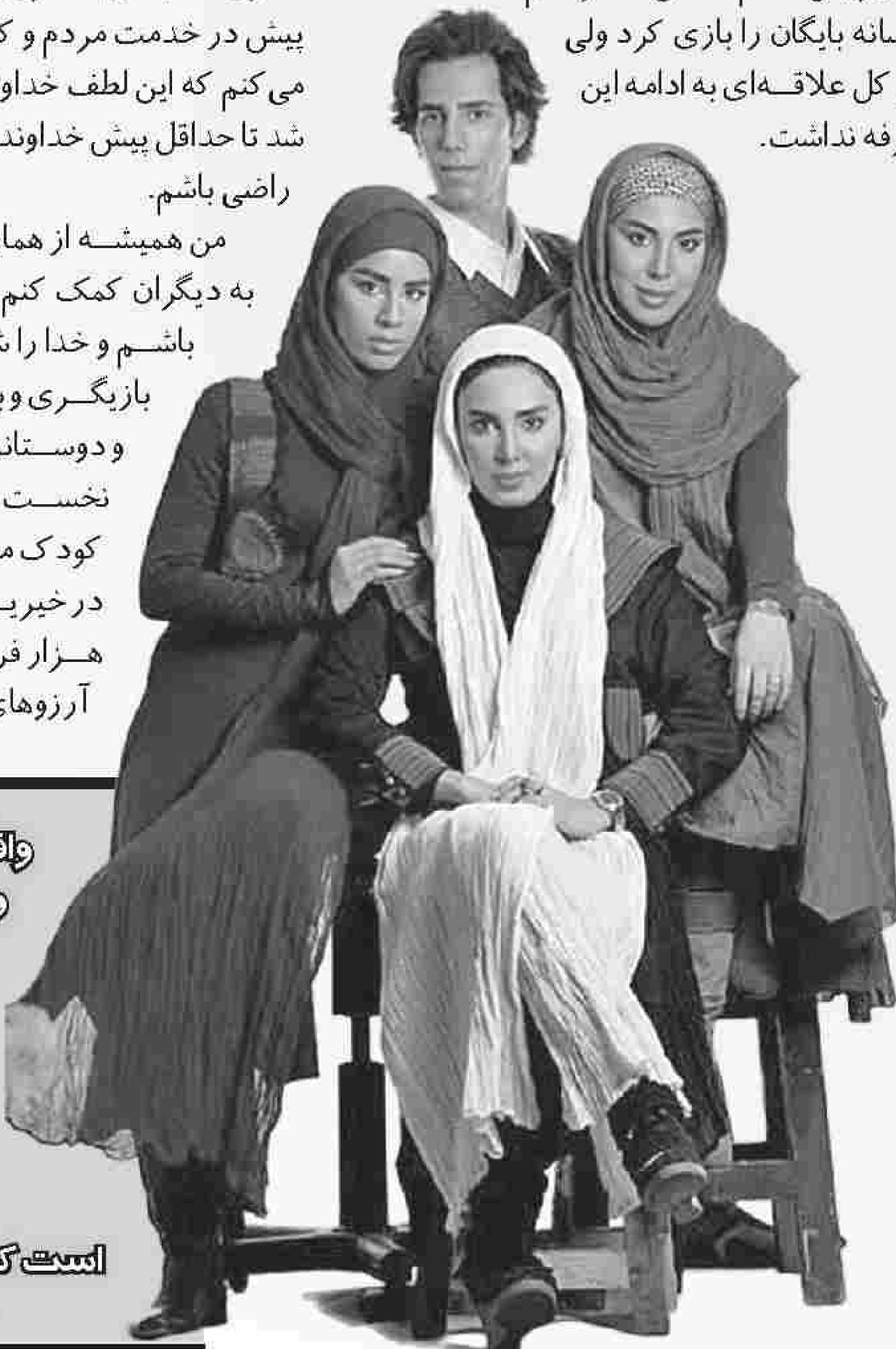
**شرکت در کارهای خیریه و معنوی**

واقعا اگر از من بشنوید وضعیت سینما و تلویزیون در سالی که گذشت اصلاً خوب نبود! در این چند ساله فرصت پیدا کردم تا در کارهای معنوی فعالیت بیشتری داشته باشم و بیش از پیش در خدمت مردم و کمک به آنها بودم. حس می کنم که این لطف خداوند بود که شامل حالم شد تا حداقل پیش خداوند روسفید بوده و از خودم راضی باشم.

من همیشه از همان بچگی دوست داشتم، به دیگران کمک کنم. چنین خیریه‌ای داشته باشم و خدا را شکر پس از رسیدن به بازیگری و به همت و کمک خانواده و دوستانم این آرزو محقق شد. نخست برای شروع با هشت کودک معلول آغاز کردم. اکنون در خیریه "مهر لیلا" نزدیک به هزار فرزند دارم که می‌توانم آرزوهای آنها را برآورده کنم.

شادمانی از آن کسی است که همیشه درست کردار باشد

● ز. زنشت



واقعاً دیگر آن حس وجود ندارد و تنها جذابیت عید برایم همان سمبلیک بودنش است ضمن اینکه واقعا چند سالی است که عیدها، بوی عید نمی‌دهند

گفتگوی اختصاصی با اکبر مالکی
دروازه‌بان سابق تیم ملی و پیشکسوت امروز:

# فوتبالیستهای ما تفریح می‌کنند پول می‌گیرند!



**اکبر مالکی از دروازه بانان نامدار و ملی پوش کشور در دهه ۵۰ است. نسل جدید اما او را به عنوان مربی و مدرس آمادگی جسمانی بخصوص با برنامه‌های تلویزیونی آموزشی اش می‌شناسد. مالکی همچنین سالهاست که در مجموعه ورزشی داودیه، کلاسهای آمادگی جسمانی ویژه‌ای را اداره می‌کند که در آن به مدیر و وزیر و وکیل جراح و تاجر و روزنامه نگار با نظم و سخت گیری خاص خودش تمرین می‌دهد. ظهر یک روز زمستانی دعوت ما را پذیرفت و به دفتر مجله آمد.**

**آقای اکبر مالکی خدا را شکر. تندرست و سلامت و شاداب هستید.**

ـ خدا را شکر، من ۷۴ سال دارم، متولد کرمانشاه هستم و شغلم دبیر بازنشسته آموزش و پرورش هست و معتقدم ورزش در جوانی روحیه و جسم انسان را می‌سازد و در مورد من هم همین شد و تلاشی که در جوانی کرده‌ام امروز به کارم آمده و به قول شما شادابم!

**یعنی شما سلامتی را به جوانان گوشزد می کنید؟**

ـ بله، من اینها را تدریس می کنم تا مردم در جریان قرار بگیرند، البته من درباره آناتومی بدن هم مطالعات زیادی داشته‌ام، اما دخالتی در کار پزشکی نمی کنم چون نه تشخیص می‌توانم بدهم و نه درمان، ولی چیزهایی که خیلی از معلمها دنبالش نیستند را من یاد می گیرم و می گویم که خیلیها با حرکات اصلاحی می‌توانند بیماریها را از خود دور، آنها را کنترل و حتی درمان کنند.

**این روزها چطور خودتان را از نظر علمی به روز نگه می‌دارید؟**

ـ من همیشه در حال یادگیری هستم و همین حالا هم اگر چیزی راجع به ورزش روز دنیا بشنوم، یادداشت برداری می کنم، تا بتوانم از آن استفاده کنم و تمام تلاشم را می کنم تا مشکلی را که دیگران تجربه‌اش کرده‌اند، تکرار نکنم.

**این روزها خیلی ها شما را با آموزش ورزشی در تلویزیون می شناسند.**

ـ من جزو اولین کسانی بودم که در تلویزیون برنامه آمادگی جسمانی را شروع کردم و از انقلاب تا به امروز کلاسهایم دهها شرکت کننده علاقه‌مند داشته است و ۸۰ درصد شاگردان من شاغل هستند و بعد از ساعت کاری و پشت سر گذاشتن ترافیکی سنگین در کلاسها حاضر می‌شوند و این موضوع برای من افتخاری بزرگ و ارزشمند است.

**یعنی روزهای شما با این نوع تلاشها سپری می‌شود؟**

ـ بله، من شبانه‌روز را با این عشق سر می کنم که توانایی داشته باشم و بتوانم حدود چهارصد نفر چشم انتظار کلاسهایم را پوشش و آموزش بدهم و خیلی هم برای این موضوع وقت گذاشته‌ام، یعنی ۲۰ سال هست که از شنبه تا پنجشنبه این کلاسها را برپا می کنم.

**درخانواده هم کسی علاقه‌مند کارشماهست؟**

ـ بله، پسرم هم همین رشته را انتخاب کرده و الان حدود ۱۰ سال است که به من کمک می کند و دختر من هم دانشجوی دکترای تربیت بدنی و معلم ورزش است و او هم در ارتباط با بانوان این خدمت را انجام می‌دهد.

**مدرک آکادمیک هم دارید؟**

ـ بنده مدرک مربیگری فیفا در فوتبال و مدرک برپایی کلاس آموزشی و ورزشی فیفا را دارم و مدتی در تیم ملی هم مربی دروازه‌بانها بودم و وظیفه‌ام به روزرسانی و سلامت و برقراری آمادگی جسمانی آنها بود.

**ترکیب شاگردان در کلاسهای شما چطور است؟**

ـ از همه صنفی در کلاسهایم حضور دارند، از دانشمند و وزیر گرفته تا نجار و غیره که همگی به دلیل نیازشان به سلامتی می آیند و من به همه آنها احترام می گذارم.

**چطور در کلاس نظم برقرار می کنید وقتی وزیر و وکیل در کلاس باشند به طبع زنگ خور موبایل...**

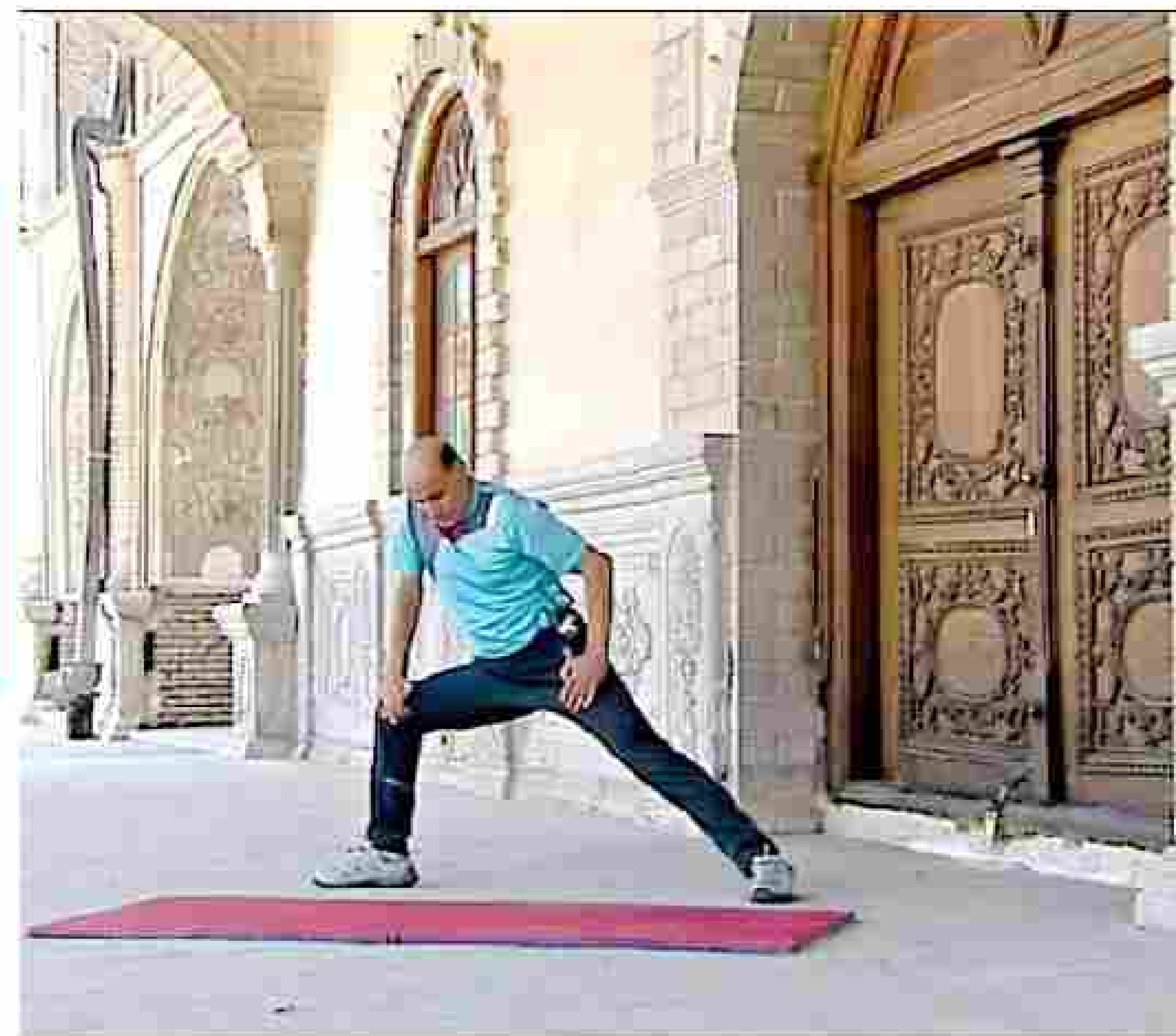
ـ نه اشتباه می کنید! در کلاسهای من هیچکس حق ندارد گوشی موبایلش روشن باشد و فقط پزشکها از این قانون استثنا هستند، چون باید در دسترس باشند، اما دیگر مشاغل حتی معاونین وزارت اطلاعات حق روشن کردن گوشی‌شان را ندارند، چون اگر قرار بر فرق گذاشتن بود، امکان اداره کلاسها وجود نداشت. می‌توانید بیایید و ببینید، کلاسهای من حتی یک دقیقه تاخیر هم ندارد و به اصطلاح تاخیرپذیر نیست. البته من در کلاسهای تخصصی هم همین طور عمل می کردم، مثلاً آقای خرمی قهرمان کشتی آسیا شد، ولی تا امتحانش را غیبت کرد به او نمره قبولی ندادم!

**واکنش جوانان در ارتباط با کلاسهایتان چطور است؟**

ـ من بارها شنیده‌ام که جوانان می گویند اگر ما این جمع را نداشتیم باید انرژی‌مان را طوری دیگر تخلیه می کردیم و این کلاسها ما را نگه داشته است و من خدا را شکر می کنم که در خدمت این افراد هستم.

**کلاسها ساعت خاصی دارند؟**





**آن کس که متولی ورزش و بخصوص فوتبال هست ۱۰ سال تیمهای امید لیگ برتر در دسته یک و مربیهای امید را بیاورد جایگزین این تیمهایی کنند که فوتبالیستهای آنها در سال صد میلیارد هزینه دارند**

ـ بله، رأس هفت و ده دقیقه سوت را می‌زنم، ده دقیقه در پیست راه می‌روند و یک ربع کششی کار می‌کنیم، بعد دویدن را داریم، که بعضیها هفت کیلومتر می‌دوند و بعضیها سه کیلومتر، یعنی هر کس با شرایط خودش، بعد حرکات زمینی شروع می‌شود تا حدود ششصد ماهیچه اسکلتی فعال شوند و در پایان حدود ۵ دقیقه هم مدیتیشن داریم که خنده به لبها بر گردد و با خوشحالی به خانه بروند.

**از خاطرات دوران فوتبال در دوران نوجوانی‌تان بگویید.**

ـ سال حدود ۱۳۳۸ در کوچه توکلی زندگی می‌کردیم و حدود هشت بچه محل بودیم که با توپهای پلاستیکی که آنها را داخل هم می‌گذاشتیم فوتبال بازی می‌کردیم که به آنها توپ لاکی یا دولایه می‌گفتیم. یک روز عصر که من به همراه دوستانم در کوچه توکلی بازی می‌کردیم، دیدم جوانی خیلی رعنا و خوش تیپ آمد بالای سر ما و نگاهی کرد و من گفتم شما هم فوتبال بازی می‌کنی؟ که او گفت مرا می‌شناسی؟ گفتم: نه! او گفت من همایون بهزادی هستم و آنجا بود که فهمیدم جناب بهزادی تازه در آن کوچه بچه محل ما شده و بعد او به ما گفت که من در تیم کولاک بازی می‌کنم که زیر مجموعه تیم شاهین است و ادامه داد که شما اگر اینقدر به فوتبال علاقه‌مند هستید فردا عصری بیایید امجدیه تا فوتبال را جدی‌تر بازی کنید. بله ما از خوشحالی بال در آورده بودیم و همگی فردای آن روز به امجدیه رفتیم، جایی که زمین خاکی بود و دورش را درختهای شمشاد کاشته بودند و یک قسمت هم جایی بود که ما در آنجا تمرین فوتبال را در آنجا شروع کردیم. همان روز همایون بهزادی پای ما را به امجدیه باز کرد. حدود یک ماه آنجا بودیم و بعد او ما را سپرد به آقای ناصر عظیمی و آقای عظیمی برای اینکه تیم جوانان را برای مسابقات جمع و آماده کند شروع به انتخاب افراد تیم جوانان کرد که از بین بچه‌هایی که آنجا آمده بودند، فقط من انتخاب شدم و به اتفاق گروه ناصر عظیمی که همه بچه‌های دارالفنون بودند عضو باشگاه جعفری شدیم و تمرین حرفه‌ای‌مان را شروع کردیم و شدیم تیم جعفری. آن روزها من ۱۷ سال داشتم و همایون بهزادی در حدود شش سال با من اختلاف سنی داشت.

**برای تغییر بحث بهتر است از خاطراتتان در تیم جعفری بگویید.**

ـ ما از شاهین آمدیم در تیم جعفری که تیم جوانان آن زمان بود، بعد به تیم هما رفتم و ده سال در آنجا توپ زدم و در سال ۱۳۴۵ رتبه قهرمان کشوری را دریافت کردیم و از آن سال به بعد من ۱۰ بازی ملی دارم، آن روزها کل باشگاههای کشور باشگاه شاهین، پاس، دژبان، شهربانی، تهران جوان، بانک ملی، راه آهن و... بودند.

**چند سالی هم در هما توپ زدید؟**

ـ بله من یازده سال در هما بازی کردم و بعد به دلایلی بازی را کنار گذاشتم و بعد جذب تیم سپاهان شدم و یک سال سپاهان بودم و بعد از آن آقای فکری رفت تراکتورسازی و من با همین شرایط رفتم تهران تهران‌جوان و بعد انقلاب شد و...

**در تیم ملی جوانان هم بودید؟**

ـ بله تیم ملی جوانان آن روزها تیمهای منتخب تهران بود و ما با این تیم رفتیم قهرمانی کشور را گرفتیم و حدود سال ۱۳۵۸ فوتبال را کنار گذاشتم.

**یعنی این نوع حرکت را نمی‌پسندید در حالی که خود شما هم همینطوری آمدید؟**

ـ قدیم خیلی با حالا فرق داشت و امروز در فوتبال دولت از جیب مردم دارد هزینه می‌کند و متأسفانه می‌بینیم که حق خیلی از جوانان ما خورده می‌شود، چرا کشتی گیر ما در دنیا مدال المپیک می‌گیرد و به او ۴۰ میلیون تومان می‌دهند، اما فوتبالیست ما با یک قرارداد دو میلیارد می‌گیرد؟! چرا باید این حق ورزشکاران را فوتبالیستها بخورند؟!

**البته درهمین فوتبال هم تبعیض وحشتناک است.**

ـ به طور مثال بازیکنی از تیمهای محروم کشور می‌گفت ما حتی یک بار با هواپیما از نقطه‌ای به نقطه دیگر از کشور نرفتیم و همه ترددهایمان با اتوبوس است و مثلا از تهران تا شهر جم ۳ هزار کیلومتر است و ما باید این مسیر را با اتوبوس برویم و وقتی به مقصد می‌رسیم دیگر جان نداریم راه برویم چه رسد به فوتبال!

**پیشنهاد شما برای رفع این مشکل چیست؟**

ـ من بارها گفته‌ام اگر واقعاً علاقه‌مند به ورزش این مملکت هستید باید برای سخت‌افزارها هزینه کنید، اما می‌بینید که پولها هزینه کی‌روش و ویلموتس و مربیان و بازیکنان گران می‌شود. شما می‌بینید این عراق که تا ۸ سال پیش یک کشور جنگ زده بود، چطور توانست بازیکنانی را جمع کند که قهرمان جام ملتهای آسیا شوند و عربستان را با آن همه هزینه و پشتوانه از میان بردارند.

به نظر من آن کس که متولی ورزش و بخصوص فوتبال هست ۱۰ سال تیمهای امید لیگ برتر در دسته یک و مربیهای امید را بیاورد جایگزین این تیمهایی کنند که فوتبالیستهای آنها در سال صد میلیارد هزینه دارند و به اصطلاح با یک صدم هزینه لیگ را راه بیندازد و در عوض پولهایی که باید به بازیکنان داده شود، به تیمها در تمام نقاط کشور زمین بدهند و بگویند این زمینها در عوض هزینه‌هایی است که در طول سال به بازیکنان مختلف می‌دهید و طی ۱۰ سال تیمها می‌فهمند که می‌توانند به جای باشگاه کمپ داشته باشند، و بعد از گذاشتن این مدت می‌توانیم بگوییم که ما دیگر تیم نداریم، بلکه باشگاه داریم.

**خب در مسابقات چه کار کنیم؟**

ـ خیلی ساده، بعد با همین شرایط مسابقات هم انجام می‌شود و اگر المپیک نرفتیم و یا در آسیا هم اول نشدیم هم اتفاق خاصی نیفتاده چون همین حالا هم با این همه هزینه می‌بینید که همین طور هست و حداقل در این شرایط بعد از ۱۰ سال می‌توانیم قطب فوتبال آسیا و حتی برتر از آسیا باشیم.

**فوتبال این روزهای ما را چطور می‌بینید؟**

ـ در کشور ما می‌بینید جوانان و ورزشکاران با استعداد موج می‌زنند، آن هم جوانانی مستعد در تمام رشته‌های هنری و ورزشی، اما کسی نیست که اینها را بشناسد و شکوفا کند و سال به سال می‌بینیم که استعدادها از بین می‌روند.



تندرستی، روزی که نباشد آرزوی سخت است

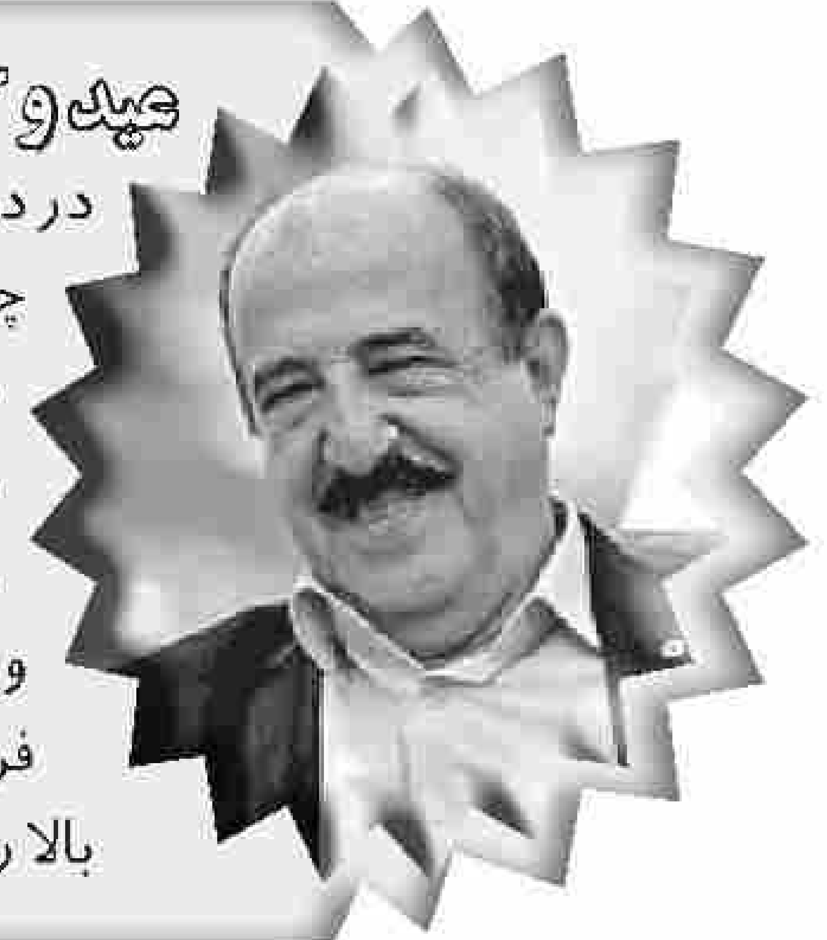
● بزرگمهر حکیم

# خاطره‌های ماندگار

کلمه "خاطره" همیشه با خودش حجم وسیعی حرفهای گفته و نا گفته را به همراه دارد و حالا اگر کنار این کلمه پدربزرگها و مادربزرگها قرار بگیرند که لذتش دوچندان خواهد شد، خاطراتی که با دوران کودکی و نوجوانی خیلی از ما گره خورده و گاه غرق شیرینی است، خبرگزاری ویستا به سراغ جمعی از بازیگران و هنرمندان پیشکسوت رفته و خاطراتشان را منعکس کرده که با نشر گزیده‌ای از این مطلب را برای ایام عید شما خوانندگان عزیز مجله خالی از لطف ندیدیم.

## عید و کارمند کوچولو

■ منوچهر آذری (بازیگر)



در دوران کودکی خرید یک دست کت و شلوار نو از واجبات بود، بدین منظور پدر خدابیامرزم ما را به باب‌همایون می‌برد چرا که لباسهایش خوش دوخت بود و ارزان. یک‌سال که با خرید کت و شلوار نو سر از پا نمی‌شناختم و بی‌صبرانه منتظر لحظه عید دیدنی بودم، بارش سنگین برف ما را خانه‌نشین کرد تا روز هشتم فروردین که دیگر پوشیدن لباس نو لطف روزهای اولیه را نداشت. به خاطر دارم آن زمان مادر خدابیامرز سفره هفت‌سین را به شکل کامل آماده می‌کرد .سفره هفت‌سین آن سالها پرملات بود اما امروز هفت‌سین نمادین و سمبلیک شده و به شکل کوچک، محدود و بسته‌بندی‌شده ارائه می‌شود. ذوق عیدی گرفتن و عیددیدنی جای خود را به مسافرتهایی برای از زیر بار دید و بازدید فرار کردن داده است. دیگ بزرگ پلو کشمش و پلومرغ سیزده تبدیل به غذاهای آماده و کم‌حجم شده است و...تورم بالا رفته اما کارمند کوچولو همیشه کارمند کوچولو باقی مانده است. با هزار و یک مشکل که نمی گویم تا لو نرود!

## لباس‌هایی که اندازه‌مان نشد

■ محسن قاضی مرادی (بازیگر)



عید دوران کودکی سرشار بود از شیطنت و شادی و اما در آخر دغدغه مشق‌های ناتمام. در مدرسه کیهان امیریه تحصیل می‌کردم و مشقهای عید نوروز تا آخرین روز تعطیلات دست‌نخورده باقی می‌ماند .شیرینی خرید لباس عید هم با چاشنی کج‌خلقی گشادی لباسها همراه بود. کتها همیشه تا دم زانو بود، کفشها از پا درمی آمد و دستها به کمر تا وانمود کنیم شلوار راسته تنمان خریده شده. هر وقت که ضرورت گشاد بودن لباس را جویا می‌شدم، پاسخ می‌شنیدم که: "مادر جان بزرگ می‌شوی، اندازه‌ات می‌شود". اما هیچ‌وقت بزرگ نشدیم و سالهای بعد نیز لباسهایی گشادتر به تن کردیم.یادش بخیر چقدر انتظار عیددیدنی خانواده دایی مادرم را می کشیدم؛ انتظار شکلاتهای راه‌راه سبز چمنی که مخصوص منطقه آنها بود. یک سال سوت مثلثی‌شکل آکاردئونی عیدی گرفتم که همرنگ همان شکلاتها بود و این همرنگی آنقدر برایم خوشایند بود که آن را به دلچسب‌ترین عیدی دوران کودکی‌ام مبدل کرد.

## اتفاق عجیب

■ احترام برومند (مجری)



مادرم، در یک مجمر کوچک مسی قرآنی می گذاشت و آینه‌ای که روی آن تخم‌مرغی رنگی قرار گرفته بود. ظرف سبزه‌ای به نشانه برکت، پیاله‌ای بلور پر از نقلهای سفید آغشته به بوی بیدمشک به نشانه حلاوت یک سال زندگی، ما خواهر و برادرها با لباسهای نو و قلبهای لرزان پنداری اتفاق عجیبی در شرف وقوع باشد، به دور آن سینی می‌نشستیم و گوش به رادیو... چشم به پدر و مادر و اسکناسهای نوی لای قرآن... صدای توپ تحویل سال و بعد دعای زیبای "یا مقلب القلوب و الابصار، و... پدر و مادر ما را می‌بوسیدند و اسکناسهای نو ۵ ریالی را به دستمان می‌دادند و بعد از آن دیگر می‌رفتیم تو حال و هوای عیددیدنی، عمو، عمه، خاله، دیدن دخترعموها، دخترخاله‌ها و پسرعمه‌ها و خوشحالی... برای دیدن فیلمهای نورمن ویزدم و جری لوئیس که هر سال عید روی پرده سینماها بود. بهار در ذهن من این بود، به همین سادگی، با همین آرامش.اما حالا به بهار، به نوروز، به اسکناسهای نو، به سینما و فیلمهای نوروز جور دیگری می‌اندیشم... گرچه بهار همیشه بهار است و نوروز، هزاران سال دیگر نوروز. هر چند که امسال باید برای سلامت ماندن و بی‌استرس بودن هموطنانمان بیشتر دعا کنیم

## خاصیت عید

■ بیژن بیرنگ (کارگردان)



در خانواده ما مراسم عید نوروز به شکل کامل اجرا می‌شد. مادرم علاقه بسیاری به مراسم نوروز داشت. شب عید، شب چهارشنبه‌سوری و... بوی غذای خوش عطر مختص مادر در خانه می‌پیچید، همه هرطور شده خود را به خانه می‌رساندند تا دور سفره‌ای که مادر پهن کرده بود غذای شب عید را نوش‌جان کنند. کوکوی گوشت، قیمه چرخ شده با لپه و زرشک، ماهی دودی، باقالی‌پلو، سبزی‌پلو و...

خاصیت عید به دور هم جمع شدن و دید و بازدید و... است؛ خاطرات خوشی که تکرار نمی‌شود، اما چند سالی است که عید ما با این همه حادثه و خبرهای بد سوت و کور است.

قهرمان دوومیدانی و پانداپوش خندان:

# دنبال اجاره خانه می‌دوم

هومن ظریف

**باید می‌ایستادی و از پوشش فانتزی‌اش، از دهان پرلبخند پاندای معصوم عبور می‌کردی و چشمهای مملو از احساس ناب انسانی را می‌دیدی که ساعتها به این سو و آن سو می‌دود تا پیام‌آور لحظات شاد باشد، آن هم برای بچه‌ها! تبلیغ شادی، چیزی که این روزها سخت‌ترین کار شده ولی او ایستاده و مانند یک چراغ راهنمای شادی، چشمانش می‌خندند و هر چند که لبهایش حرکت نمی‌کنند، دیدنش، حتی برای دقایقی، خنده‌ای بر لبانت می‌نشاند. با محمد حسین پور، قهرمان دو و میدانی سابق خراسان، پانداپوش امروز تهران، گفتگویی اختصاصی انجام دادیم تا بدانید درون این آدمک‌های خندان چه کسانی زندگی می‌کنند.**

*** سلام، خوب هستید؟ کجا استراحت می‌کنید؟**

ـ سلام. نه استراحت کجا بود دارم میرم شهرستان، نیشابور!

*** چقدر خوب، اما هنوز وسط هفته است!**

ـ بله، اما به خاطر کرونا می‌خواهم پیش بچه‌هایم باشم. قبلاً محل کارم مشهد بود و بچه‌هایم نیشابور بودند و حالا به خاطر کار آمده بودم تهران اما حالا هم که اوضاع کرونایی شده...

*** در مشهد به چه کاری مشغول بودید؟**

ـ کارم تاسیسات لوله کشی بود که از بالای چهارپایه افتادم و دیگر نتوانستم ادامه بدهم

*** خب، الان که مدتی ایستاده سر پا می‌مانید، برای پای شما ضرر ندارد؟**

ـ چاره‌ای نیست، چند دقیقه راه می‌روم و یک ربع استراحت می‌کنم امّا باز بهتر است چون مجبور نیستم وزنه‌ای بلند کنم!

*** روزی چقدر سرپا می‌ایستید؟**

ـ چهار ساعت و نیم

*** از خانواده‌تان بگویید.**

ـ متولد ۱۳۵۷ هستم. ۳ تا فرزند دارم ۱ پسر و ۲ دختر و تحصیلاتم سیکل است و حالا دیگر فرقی برایم نمی‌کند، هر کاری می‌کنم که بچه‌هایم که در نیشابور هستند، تامین باشند. الان هم به خاطر کرونا می‌روم پیش بچه‌هایم باشم.



*** خرجی شب عید را چه می‌کنید؟**

ـ خدا بزرگ است.

*** بیمه دارید؟**

ـ بیمه ندارم. درآمد ماهیانه‌ام از این پانداپوش جلوی خانه کودک ماهی ۲ میلیون تومان است. خدا خیربدهد به برادر خانمم که کار هنری می‌کند و مرا به اینجا معرفی کرد!

*** جلوی خانه کودک که می‌ایستید، چقدر بچه‌ها با شما راحت هستند؟ یعنی دنبال چشمهای شما نمی‌گردند؟!**

ـ ۵۰ درصد بچه‌ها از پاندا می‌ترسند. بعد که جلو می‌آیند و من ماسک را برمی‌دارم، با قضیه کنار می‌آیند. اینکه اینجا می‌ایستم به خاطر این است که خانه کودک در خیابان دید ندارد و من مردم را متوجه می‌کنم.

*** یعنی جاذبه‌ای برای بزرگترها یا بچه‌ها؟**

ـ بیشتر برای دید و جذب بزرگترها(می خندد) تا بچه‌ها را بیاورند. بزرگترها با من شوخی می‌کنند. حتی به من پاندای کونگفوکار می‌گویند.

*** شما هم با آنها هم کلام می‌شوید؟**

ـ نه خیلی، چون من مجبورم به کارم برسم. توی این پوشش خیلی گرمم می‌شود و کلافه‌ام. سنگین است و گردن درد می‌گیرم. کفشهایم هم سنگین است. اما خدا را شکر شبها محل خواب دارم و استراحت می‌کنم.

*** اگر مسئول خانه کودک بودید چه می‌کردید تا به بچه‌ها خوش بگذرد؟**

ـ رقص نور می‌گذاشتم، چند تا آهنگ شاد پخش می‌کردم. اینجا وسایل بازی خاصی ندارد. شهرستانها، وضعیت بازی بهتر از تهران است. فضای بازتری دارد. اینجا حداکثر ۱۰۰ متر جا دارد. در صورتی که در نیشابور، بچه‌ها آزادانه در ۴۰۰ متر فضا، آن هم به قیمت ارزان می‌دوند و لذت می‌برند.

*** نیشابور که بودید آرامگاه خیام و عطار و کمال‌الملک می‌رفتید؟**

ـ آقا، مردم گرفتارند. من چند سال که نیشابور بودم، خیام نمی‌رفتم. اینکه سر آرامگاه بروید و پول بلیت هم بدهید، چطور ممکن است؟

*** بچه‌ها بیشتر با چه کسی می‌آیند؟**

ـ بیشتر با پدر و مادر. اما من زیاد متوجه ماجرا نمی‌شوم چون حواسم هست که با ماشین‌ها تصادف نکنم!

*** فکر می‌کردید روزی پانداپوش بشوید؟**

ـ آقا من قبلاً دونده بودم. دونده دو و میدانی ۵۰۰۰ و ۲۰۰۰ متر ماراتن. قهرمان مسابقات سوم جوانان کشور، مقام چهارم نیروهای مسلح در دوره سربازی و ۳ بار قهرمانی سپاه، در سال‌های اواخر هفتاد و نزدیک ۲۰ بار قهرمان استان خراسان در زمان نوجوانی و جوانی بودم.

*** یعنی از کی می‌دویدید؟**

ـ از سال دوم راهنمایی در مسابقات شرکت می‌کردم و می‌دویدم و الان دنبال کرایه‌خانه می‌دوم!

*** حدس می‌زنم آرزوهایی در دو و میدانی داشتید؟**

ـ بله، آرزو داشتم در مسابقات ماراتن جهانی مقام بیاورم برای کشورم. چه در مسابقات المپیک و چه در ماراتن جهانی. واقعیت این است که پیش از انقلاب در ماراتن جهانی مقام نداشتیم و خیلی در این رشته نیاز داریم، اما پایم آسیب دید و...



*** یعنی بخاطر مشکلی که برای پایت پیش آمد، در شغل دیگری مشغول به کار شدید؟**

ـ پای من ۳ ماه پیش آسیب دید اما خیلی قبل‌تر از اینها به خاطر مشکلات مالی از ورزش دور شدم.

*** چقدر با موسیقی و کتاب مانوس هستید؟**

ـ کتاب نه، اما موسیقی، ترانه‌های بعضی از خوانندگان را گوش می‌کنم.

*** حتی رباعیات خیام را هم نمی‌خوانید؟**

ـ والا یکی دو تا رباعی حفظ هستم. مثلاً:

**آن دم که مرا میزده در خاک سپارید**

**زیر کفنم خمره‌ای از باده گذارید**

**تا در سفر دوزخ از این باده بنوشم و...**

بقیه‌اش را یادم نمی‌آید. اینها را هم چون از همای مستان شنیدم حفظ بودم. با گوش دادن یاد می‌گیرم نه با خواندن.

*** آرزویت برای فرزندانت چیست؟**

ـ اینکه مثل ما دنبال یک لقمه نان ندوند.

*** چه شغلی داشته باشند بهتر است؟**

ـ هر شغلی که دوست دارند و از آن لذت ببرند. دوست دارم کاری که می‌کنند آنها را راضی کند، دوست داشته باشند و تفریح باشد برایشان. وقتی کاری تفریح آدم باشد، بهتر کار می‌کند وگرنه کاری که زورکی باشد، خیلی سخت است!

ما دیگران را تا آن زمانی که بیداریم هدایت می کنیم

• اسکات پک

# همسایه‌های مردم آزار

محب



چند سال پیش، وقتی مرحوم ابوی به رحمت خدا رفت، با وجودی که آدم دهن‌لقی هستم و به‌طور معمول عادی‌ترین خبرها را یک کلاغ، چهل کلاغ می کنم و با کلی شاخ و برگ اضافی تحویل خلایق می‌دهم، با خواهر و برادرها توافق کردیم آن خبر جایی درز نکند و فقط منسوبان درجه یک در جریانش قرار بگیرند. به‌این جهت، مراسم خاکسپاری و فاتحه‌خوانی هم بسیار محرمانه برگزار شد.

حدس می‌زنم الان با خودتان می گویید دلیلش ناخن خشکی بوده تا پولی برای هزینه‌های تشییع، تدفین و ترحیم هزینه نشود، وگرنه وقتی بزرگ خانواده‌ای فوت کند، برای تجلیل از او مراسم ترحیم متعددی برگزار می‌شود و ضمن آنکه سخنرانان از فضایل و سجایای متوفی داد سخن می‌دهند، همسر و دخترهایش ضجه می‌زنند تا ثابت کنند تحمل فراق را ندارند.

البته، خانم والده، با تمام بدقلقی‌هایی که در طول زندگی مشترک با مرحوم پدرمان داشت، تمام ضوابط و مقررات مربوط به شوهرمردگی را در حضور اولاد رعایت کرد، اما از آن‌جا که ته دلش از مرحوم شوهر راضی نبود، آن پیشهاد عجیب را داد و ما هم به‌ناچار پذیرفتیم.

مرحوم ابوی در سال‌های اولیه زندگی مشترک و قبل از بچه‌دار شدن، گویا برای فرار از بدخلقی‌ها و نامهربانی‌های مادرمان، هوس تجدید فراش به‌سرش زده و پنهان از او، همسر دیگری اختیار کرده و به‌قول معروف هوو سرش آورده بود.

طبعا، من و سایر خواهر و برادرها، سال‌هایی را که خانم والده حرفش را می‌زد، ندیده و فقط از زبان خودش شنیده بودیم:

- از آن‌جا که افتاب زیر ابر باقی نمی‌ماند، ماجرای زن گرفتن پدرتان رو شد و من وقتی فهمیدم چه اتفاقی افتاده، زمین و زمان را طوری به‌هم دوختم که از شکرخوردن خودش پشیمان شد، آن ضعیفه را طلاق داد و برگشت سر خانه و زندگی خودش.

مادرمان این حکایت را تا وقتی ابوی زنده بود، حداقل هزار بار گفته بود و همیشه هم تصور می کرد پدرمان از آن زن، فرزند یا فرزندانی دارد که از ما مخفی کرده و به‌همین دلیل وقتی شوهرش مرحوم شد، توطئه پنهان کاری را به‌این جهت طراحی کرد تا وراث احتمالی، که از نظر او غیرقانونی بودند! بویی از قضیه نبرند و موقع تقسیم ارثیه، شریک‌المال فرزندان دلبندش نشوند. به‌همین دلیل، به‌دستور وی، امور مربوط به حصروراثت با سرعت انجام شد و قبل از اینکه سرو کله وراث غیرقانونی پیدا شود و ادعای ارث کنند، دارایی پدرم بین وراث قانونی او تقسیم شد و همه‌مان بعد از تقسیم ارثیه، کلی خانم والده را دعا کردیم. چون بر اساس ترفند او و به‌دلیل محدودیت تعداد وراث، هر کدام از ما مبلغ قابل توجهی گیرمان آمد و من موفق شدم با سهم خودم آپارتمانی در یک مجتمع بخرم و عیال و اولاد از شر اجاره‌نشینی خلاص شوند. آپارتمانی که خریدیم، از همه نظر خوب و کاملاً متناسب با نیازهای من، عیال و اولاد مشترکمان بود، فقط یک عیب و ایراد داشت و آن، همسایگی با آقا یعقوب بود.

یعقوب و خانواده‌اش همسایه دیوار به دیوار آپارتمان ما بودند. یعقوب، از همان روزی که همسایه‌اش شدیم بنای ناسازگاری با ما را گذاشت و همان اولین روزهای صاحبخانه شدن حدس زدیم مالک قبلی هم برای فرار از دست او حاضر شده آپارتمان به آن خوبی را به‌چنان قیمتی بفروشد.

اگر دلتان می‌خواهد در جریان شمه‌ای از آزار و اذیت‌های او باشید، مرا ببخشید که نمی‌توانم نظرتان را تأمین کنم، چون بسیاری از اقدامات ایذایی او جنبه بدآموزی دارد و می‌ترسم اگر بنویسم، بعضی‌ها یاد بگیرند و از آن‌ها برای اذیت همسایه‌شان استفاده کنند. فقط همین قدر عرض می کنم که تداوم مزاحمت همسایه موصوف موجب شد تا من هم به‌فکر برنامه‌ریزی‌های تدافعی بیفتم و برای ادب کردن او توطئه‌هایی بچینم و چون مزاحمت‌هایمان برای همدیگر حالت استمرار به خودش گرفت و مرتب شگردهای مردم آزاری جدیدی ابداع می کردیم، یواش‌یواش کار به‌مرحله خصومت رسید و جالب اینکه در تمام طول چند سالی که جنگ و جدل ادامه داشت، حتی یک‌بار چشممان به‌چشم همدیگر نیفتاد تا شاید حیا کنیم. هم من و هم او، آدم‌های گرفتاری بودیم که صبح کله سحر صبحانه خورده یا نخورده از خانه بیرون می‌رفتیم و موقع بوق سگ، وقتی تمام سکنه مجتمع در خانه خودشان بودند، برمی گشتیم و عملیات آزار همدیگر را از داخل بیت خودمان عملیاتی می کردیم.

واقعا مسلمان نشنود، کافر نبیند که در مدت سه چهار سال، چه مشکلاتی برای هم ایجاد کردیم و چه بابایی از همدیگر در آوردیم.

از ینکه می‌بینید بابت همسایه‌آزاریهایم شرمنده نیستم و تازه به‌آن افتخار هم می کنم، گناهش را به‌حساب یعقوب بنویسید. وگرنه، من تا قبل از سکونت در آن مجتمع، آزارم حتی به‌یک مورچه هم نرسیده بود.

الغرض، اگر اوایل خانه‌دار شدن، روزی چند بار برای ابوی فاتحه می‌خواندم، که از قبل او خانه‌دار شده‌ام، به‌نسبت شدت گرفتن خصومت‌ها ناچار شدم به‌تعداد فاتحه‌ها بیفزایم. چون مطمئن بودم با هر کدام از عملیات ایذایی تک یا پاتک، صدتا بد و بیراه نثار روح ابوی محترم می‌شود.

آخرین باری که دست به‌اقدام خصمانه علیه همدیگر زدیم، همین دو سه ماه پیش بود. یک روز

## از پیر شدن نترس، از رشد نکردن بترس

● جودیت باتلر

جمعه، وقتی برای خرید مایحتاج خانه قصد خروج از مجتمع را داشتم، دیدم یک دسته قبض برق پشت در ورودی ریخته است. به‌طور معمول، وقتی قبض آب و برق یا گاز و تلفن می‌رسید و مأموران مربوطه آنها را از لای درز در به‌داخل می‌انداختند، سرایدار مجتمع آنها را می‌برد و لای درز هر کدام از آپارتمان‌ها می گذاشت و در نتیجه، مالک یا مستاجر هر کدام از واحدها صورتحساب مربوط به‌خودش را دریافت می کرد.

آن‌روز، با دیدن قبض‌های برق، شیطان توی جلدم رفت، چشمانم برق زد و فی‌الفور توطئه جدیدی طراحی کردم. قبض‌ها را از روی زمین برداشتم و نگاهی به ارقام مختلف آنها انداختم و گران‌ترین قبض را، همراه با قبض مربوط به‌یعقوب برداشتم، توی جیبم گذاشتم و وقتی از خرید برگشتم، با سرعت قبض برق گران را لای درز در آپارتمان یعقوب گذاشتم.

ظاهراً، یعقوب، بدون آنکه به مشخصات گیرنده قبض نگاه کند، آن‌را پرداخته بود، اما چون قبض خودش در جیب من مانده و پرداخت نشده بود، برق خانه او را قطع کردند و بیچاره با تمام گرفتاری‌هایی که داشت، مجبور شد یک روز از کار و زندگی‌اش بزند و دنبال وصل مجدد برق برود. او که به‌زعم خودش قبض برق را پرداخته بود، در اداره برق وقتی متوجه شد قبض شخص دیگری را پرداخته، فهمید آن آتش از گور من برخاسته، دفعه بعد آن‌قدر انتظار کشید تا قبض‌های برق رسید و برای آن که مقابله به‌مثل کرده باشد، گران‌ترین قبض را به‌داخل آپارتمان من انداخت. غافل از این که من به‌اندازه خودش ساده‌لوح نیستم و وقتی صورتحساب به‌دستم برسد، اول مشخصات گیرنده‌اش را می‌خوانم و چنانچه مربوط به من نباشد، از پرداختش اجتناب می کنم.

من آن صورتحساب را نپرداختم و لای در آپارتمان صاحبش گذاشتم تا بردارد و بپردازد، اما قبض برق خانه خودم را که در جیب یعقوب بود، نتوانستم بپردازم و در نتیجه ماه بعد، برق خانه مرا قطع کردند. که چون از قدیم گفته‌اند آنچه عوض دارد گله ندارد، در برابر آن اقدام همسایه شرور واکنش حادی نشان ندادم و در پرتو نور شاعرانه شمع که آن‌شب زینت‌افزای خانه‌ام شده بود، مشغول طراحی توطئه تازه‌ای شدم و فکر کاملاً بکر و بی‌سابقه‌ای به ذهنم رسید و شب بعد با یک فقره ترقه، از آن ترقه‌هایی که بر اثر فشار یا ضربه می‌ترکد و صدای مهیبی دارد، به‌خانه برگشتم و دو سه شب پیاپی کشیک کشیدم تا فرصت مناسبی گیر بیاورم و وقتی در آپارتمان یعقوب باز است، آنرا لای در بگذارم و با خودم حساب کردم وقتی یعقوب یا یکی از اعضای خانواده‌اش در را ببندند، ترقه با صدای مهیبی منفجر می‌شود و از ترس و وحشت یعقوب و اعضای خانواده‌اش کیف می کنم.

**پاورچین پاورچین به‌سمت آپارتمان یعقوب رفتم تا ترقه را بین در نیمه‌باز آن جاسازی کنم. غافل از اینکه یعقوب در همان لحظه از لای درز در زاغ سیاهم رو چوب می‌زده**

بالاخره، سختکوشی‌هایم نتیجه داد و فرصتی که انتظارش را داشتم، فراهم شد و پاورچین پاورچین به‌سمت آپارتمان یعقوب رفتم تا ترقه را بین در نیمه‌باز آن جاسازی کنم. غافل از اینکه یعقوب در همان لحظه از لای درز در زاغ سیاهم رو چوب می‌زده. من بی‌خبر از این که دو تا چشم تیزبین بر رفتار و حرکاتم نظارت دارد، روی زمین نشستم و ترقه را با احتیاط بین در و چهارچوب گذاشتم و خواستم از جایم بلند شوم که ناگهان دستی قوی از لای در بیرون آمد و مچ دستم را چسبید و متعاقب آن موجود قلتشنی را در برابر خودم دیدم که بعداً فهمیدم همان یعقوب موصوف است.هر کس دیگری جای من بود، اگر زهره شیرهم داشت، از چنان غافلگیر شدنی، اگر قبض‌روح نمی‌شد، حداقل غش می کرد، اما من چون پیه همه چیز را به‌تنم مالیده بودم و برای انتقام گرفتن از یعقوب آمادگی برخورد با هر حادثه‌ای را داشتم، گفتم:............

دروغ چرا؟ اصلاً چیزی نگفتم. یواشکی نگاهم را از نگاهش دزدیدم و نرم‌نرمک دستم را از میان دستش بیرون کشیدم و مثل موش به داخل آپارتمام خود خزیدم و برخلاف همیشه که توطئه‌هایم را با آب و تاب برای مادربچه‌ها شرح می‌دادم، چیزی به‌روی خودم نیاوردم و در عوض سعی کردم اقدام متقابل یعقوب را حدس بزنم و برای خنثی کردن آن چاره‌ای بیندیشم،

اما وقتی یکی دو روز گذشت و از جانب او خبری نشد، باورم شد که چون سمبه مرا پرزور دیده، جا زده و غائله خاتمه یافته، اما شتباه کردم. چون یعقوب که یک ذره شرم و حیا در چشمانش نیست از من به اتهام اینکه قصد ارعاب وی و خانواده‌اش را داشته‌ام به کلانتری شکایت کرده بود و سر و کارم به کلانتری افتاد.

در کلانتری هر چه افسر نگهبان نصیحتمان کرد و خواست تا روی همدیگر را ببوسیم و دیگر کاری به کار همدیگر نداشته باشیم، هیچ کدام زیر بار نرفتیم و سعی کردیم خودمان را محق نشان بدهیم. در نتیجه افسر نگهبان که انگار در طول سال‌های خدمتش به‌موجودات لجبازی مثل ما برنخورده بود، گفت:

- چاره‌ای ندارم جز اینکه پرونده تشکیل بدهم و فردا صبح شما را به‌دادسرا بفرستم.

بعد صفحه‌ای کاغذ از کشوی میزش بیرون آورد و خطاب به یعقوب گفت: اسم؟

- یعقوب فرزند اسحاق!

- و شما؟

- یحیی پسر اسحاق!

قلمش را روی میز گذاشت، با تعجب سر تا پایمان را برانداز کرد و گفت:

- شما دو نفر برادر هستید و این‌جوری چنگ و دندان به همدیگر نشان می‌دهید؟

یعقوب گفت:

- خدا نکند من برادر این عتیقه باشم!

من به‌حرف افسر نگهبان جوابی ندادم، اما یاد حرف‌های مادرم و ازدواج دوم مرحوم ابوی افتادم و توی دلم گفتم:

- خدا مادرم را حفظ کند. نمی‌دانم چه جوری احتمال داده بود این یعقوب آدم ضایعی است و مایل نبود از دارایی‌های پدرش ارث ببرد!

## یک ژن خوب

**خلبان یدالله شریفی‌راد** ... او خلبان جنگنده اف-۵ نیروی هوایی در جنگ ایران و عراق و دیپلمات پیشین ایران است. رکوردهای او، وی را یکی از موفق‌ترین خلبانان جنگنده اف-۵ در جنگ ایران و عراق در نبردهای هوایی کرده است.شریفی‌راد در یکی از مأموریت‌هایش پس از اینکه به یک نیروگاه در خاک عراق حمله کرد، با حمله سه جت عراقی مواجه شد که توانست یکی از آنها را سرنگون کند و در حالی که در تعقیب دومی بود، خودش از پشت مورد اصابت قرار گرفت و از هواپیما بیرون پرید. مبارزان کُرد عراقی به او پناه دادند و او را به خاک ایران فرستادند .فیلم معروف عقاب‌ها از ماجرای نجات او به وسیله کردهای عراق ساخته شد که ۲۰ درصد جمعیت آن زمان ایران برای تماشای آن به سینماها رفتند. وی هم اکنون در ۷۳ سالگی در یک فروشگاه زنجیره‌ای در آلمان کار می کند.







## خواستگاری

# می‌خواهم به آنها پر پرواز بدهم

کورش کاشانی

**حالا مصطفی شده یک حاجی بابای دیگر و اجازه نمی‌دهد کسی خانه‌اش را عوض کند و یا از ما دور شوند**

خواهرم **پری** را به یکی از بازاریهای قم شوهر داده بودند. مادرم می گفت این یکی دخترم را به راه دور شوهر نمی‌دهم. آن موقع‌ها تهران تا قم هم راه دور به حساب می آمد.

هرچند پری زندگی خوب و راحتی داشت ولی مادر همیشه جوری در مورد او حرف می‌زد که انگار در غربت دارد شکنجه می‌شود. پدرم را نمی‌بخشید که با این وصلت موافقت کرده بود. اما پدرم مرد عبوس و قاطعی بود. سه همسر داشت که هر سه آنها در یک حیاط زندگی می کردند. همسر اولش بتول خانم هیچ‌وقت بچه‌دار نشد. همسر دومش مادرم بود که همیشه غر می‌زد و نق‌هایش تمامی نداشت و می گفتند برای ادب کردن او بود که حاجی رفت زن سوم را هم به این خانه آورد. همسر سوم پدرم، کم سن و سال، ساکت و کم حرف و بی‌ادعا بود. مادربزرگم می گفت وقتی کس و کار درست و حسابی نداشته باشی زبانت بسته است.

من اما همسر سوم پدرم را خیلی دوست داشتم. با من خیلی مهربان بود و وقتی مادرم خانه نبود با بچه‌هایش بازی می کردم.

مادر آنقدر سر موضوع ازدواج پری غر زده بود که همه شک نداشتند که پدرم محال است مرا به راه دور شوهر بدهد. اما این طور نشد.

وقتی خبر دادند برادر بتول خانم یعنی همسر اول پدرم از مشهد دارد می آید همه می‌دانستند قرار است به خواستگاری من بیایند. مادر گفت خودم را آتش می‌زنم اگر این دختر را بفرستی مشهد. پدرم قلیانش را دود می کرد و سر از روزنامه‌اش بر نمی‌داشت و انگار نه انگار مادر دارد مثل ذغال قلیان می‌سوزد و سرخ شده است.

می‌دانستم خانواده‌بتول خانم بسیار ثروتمند هستند. مادربزرگم توی گوش مادرم می‌خواند که دم نزند. می گفت جای بد که نمی‌رود کنار امام رضاست. ما هم اینطوری هر وقت دلمان بخواهد می‌توانیم برویم زیارت.مادر اما گوشش بدهکار نبود. بالاخره آمدند خواستگاری و وقتی با شرط و شروط‌های پدرم موافقت کردند مرا صدا زدند تا چای ببرم. مادر بغض کرده گوشه‌ای نشسته بود و بتول خانم دلداری‌اش می‌داد که هر وقت خواست می‌تواند برود مشهد و مرا ببیند.

خلاصه اینکه داماد را ندیده بودم که حلقه نامزدی را به دستم کردند و یک قواره پارچه روی سرم انداختند و کل زدند و نقل ریختند. داماد خدمت سربازی بود. فقط یک عکس تار از او به من نشان دادند. بتول خانم چنان از برادرزاده‌اش تعریف می‌کرد که انگار شازده قاجار به خواستگاری‌ام آمده بود.

بله من در سال ۱۳۳۵ به عقد مصطفی در آمدم.

سه ماه بعد از عقد مصطفی را برای اولین بار دیدم. درست وقتی که سه روز مانده بود به عروسی و خانه پر بود از دیگ‌های بزرگ و گودال‌هایی که پر از چوب و ذغال بود... با سلام و صلوات مرا راهی مشهد کردند. پدرم بتول خانم را هم همراه من فرستاد تا چند ماه اول زندگی‌ام احساس تنهایی نکنم.

زندگی در خانه پدری مصطفی راه رسم خودش را داشت. من عروس اول خانه بودم. یک اتاق هشت دری را برایم رنگ زده و جهیزیه‌ام را در آن چیده بودند و زندگی‌ام را باید از همان جا شروع می کردم. مادر مصطفی زن مهربان و آرامی بود و برخلاف خانه ما هیچ کس از دیگری در آن خانه بدگویی نمی کرد. عمه بیوه مصطفی با دو دخترش هم در همان خانه زندگی می کرد. من از یک خانه قدیمی و یک خانواده سنتی به یک خانه قدیمی‌تر



## در پیچ و خم دادگاه

# تازه فهمیدم زندگی زیباست

راشین مختاری

**زندگی ما برای خیلی‌ها یک معماست. برای بستگان نزدیکمان یک حماقت بزرگ است و برای خود ما یک میدان مبارزه**

لیلی اصرار داشت ما از هم طلاق بگیریم. راستش دختر و پسرم دیگر نمی‌توانند این وضعیت را تحمل کنند. فرهاد هم با طلاق ما موافق است ولی دلش می‌خواست راه حل دیگری جز طلاق وجود داشت. زندگی ما برای خیلی‌ها یک معماست. برای بستگان نزدیکمان یک حماقت بزرگ است و برای خود ما یک میدان مبارزه. من و سعید چنان به جان این زندگی افتاده‌ایم که باورتان نمی‌شود. با دست خودمان همه چیز را خراب کردیم. کار به جایی رسیده دخترم لیلی که فقط ۱۴ سال دارد رفته با خاله‌اش زندگی می کند و فرهاد هم یا سرش توی کتاب‌هایش است یا خودش را با بازی‌های کامپیوتری مشغول می کند. هر دوی آنها در اوج نوجوانی ناامید و خسته و دل‌شکسته هستند. هر وقت آنها را می‌بینم به خودم می گویم با این زندگی چه کرده‌ام؟! اما وقتی به سعید شوهرم نگاه می کنم ناخودآگاه همه تقصیرها را گردن او می‌اندازم.

وقتی ازدواج کردیم زندگی خوب و ساده‌ای داشتیم. هر دو کارمندهای ساده بانک بودیم. صبح به صبح این دو بچه را با خودمان به این مهد کودک و آن مهد کودک می‌بردیم و بعدازظهرها هم خسته به خانه برمی گشتیم و تا یک غذایی درست می کردم و دستی به خانه می کشیدم می‌شد شب و نمی‌فهمیدم از فرط خستگی چطور خوابم می‌برد. ولی حیف که حتی آن موقع‌ها هم نمی‌دانستم چقدر خوشبختم. تا این که پیشرفت‌های من و سعید نمودار شد. او رییس بانک شد. من رییس حسابداری یک شرکت نساجی شدم. درآمدمان که بالا رفت نمی‌دانم چرا با هم غریبه شدیم. پول من و پول او به میان آمد. هر کدام از ما انتظار داشتیم آن یکی بیشتر دست توی جیب بکند. سعید می گفت هزینه‌های زندگی را تو بده و من در عوض پول جمع می کنم تا خانه بخریم. خانه که خریدیم همه چیز شد به اسم او و من ناگهان متوجه شدم میدان را باخته‌ام. همین شد که من هم گفتم دیگر دست توی جیبم نمی کنم. او به عنوان یک مرد باید خرج زندگی را می‌داد و خیلی وقت‌ها خساست به خرج می‌داد تا من هم دستی در جیب کنم. جنگ شروع شد. ماشینمان خیلی قدیمی شده بود ولی آن را عوض نمی کردیم چون به توافق نمی‌رسیدیم کی باید پول ماشین جدید را بدهد. من ترجیح می‌دادم با آژانس و تاکسی به این طرف و آن طرف بروم ولی برای ماشین خرج نکنم.

بچه‌ها داشتند بزرگ می‌شدند. کامپیوتر می‌خواستند. به کلاس‌های مختلف می‌رفتند و بیچاره‌ها برای هر درخواستشان باید التماس من و پدرشان را می کردند. یک وقت‌هایی به توافق‌های مقطعی می‌رسیدیم. مثلاً سعید پول مدرسه‌های غیر انتفاعی بچه‌ها را می‌داد و من هم پول کلاس‌های ورزشی و کمک درسی را پرداخت می کردم. ولی زندگی رو به فرسایش بود. هیچ چیز جدیدی برای خانه نمی‌خریدیم در حالی که



و یک خانواده سنتی‌تر نقل مکان کرده بودم. در این خانه حرف اول و آخر را حاجی بابا می‌زد. یاد ندارم مادر شوهرم حتی در یک مورد هم با حاجی بابا مخالفت بکند. حالا من مانده بودم با انبوهی از نصایح مادرم که می‌گفت تو سری خور نباش عروس اول و آخر آن خانه تو هستی. خیلی هم دلشان بخواهد که یک عروس از تهران آورده‌اند. زیر بار حرف زور نرو و از همین اول نشانشان بده که بی‌کس و کار نیستی که دهانت بسته باشد.

در عوض می‌دیدم مادرشوهرم بی‌صدا و همیشه با یک لبخند ساده بر لب روزش را به شب می‌رساند. کسی هم سر چیزی جنگ و دعوا ندارد. حاجی بابا هم مثل پدر من سه تا زن نداشت که رقابت و گیس و گیس کشی در خانه راه بیاندازد. تنها مشکلی که وجود داشت حاجی بابا اجازه نمی‌داد هیچ وسیله مدرنی وارد آن خانه شود. از یخچال و تلویزیون و رادیو خبری نبود. اجازه نداشتیم سینما برویم و زن‌های خانه هم حق نداشتند به تنهایی از خانه بیرون بزنند.

یک روز مصطفی گفت می‌خواهی برویم بیرون بگردیم؟ گفتم کجا؟ گفت چادرت را سر کن و با من بیا... چادرم را پوشیدم و برای اولین بار با مصطفی تنهایی بیرون رفتم. خوب یادم است یک سال از عروسی ما می‌گذشت و ما حتی یک بار هم تنهایی بیرون نرفته بودیم. از کوچه و خیابان‌ها رد شدیم و مرا برد توی یک رستوران خیلی شیک و گران قیمت و گفت می‌خواهی غذای فرنگی بخوری؟

دلم نیامد بهش بگویم از این بهترش را در تهران خورده‌ام. برای او این کار جالب‌ترین کار دنیا بود چون حاجی بابا اجازه نمی‌داد در اماکن عمومی غذا بخوریم می‌گفت بهترین غذا را بیاورید خانه و بخورید. بعد مصطفی با صدای لرزانی از من پرسید: تا حالا سینما رفتی؟ خندیدم و گفتم: خیلی... هفته بعد هم به دور از چشم حاجی بابا رفتیم سینما...

بچه اولمان که به دنیا آمد یک دوربین عکاسی خرید و یواشکی از دخترمان عکس می‌گرفت. زندگی برایم بامزه شده بود. همه کارهای ممنوعه را به دور از چشم حاجی بابا با شوهرم انجام می‌دادیم. یک روز هم برایم یک رادیو خرید و گفت صدایش را کم کن تا کسی نشنود. وقتی مصطفی و حاجی بابا می‌رفتند بازار همه زن‌های خانه توی اتاق من جمع می‌شدند و با هم رادیو گوش می‌دادیم.

سال ۱۳۵۰ پدر شوهرم فوت کرد. با فوت او یخچال و تلویزیون و مبل به آن خانه آمد. خدا بیامرزدش مرد خوبی بود ولی سختگیری‌هایش برای این دوره و زمانه کمی زیادی بود.

مادرم هر وقت به مشهد می‌آمد کلی برایم دلسوزی می‌کرد که دخترش تک و تنها و غریب مانده و باید با خانواده شوهرش زندگی کند آن هم توی یک خانه صد ساله!! اما من خوشحال بودم. از ته دل شوهرم را دوست داشتم و مادر شوهرم از هر مادری با من مهربان‌تر بود.

ثمره زندگی ما چهار فرزند است. حالا در یک آپارتمان زندگی می‌کنیم. آن خانه قدیمی فروخته شد و سهم وارثین تقسیم شد و سهم ما هم همین زمینی شد که حالا در آن پنج آپارتمان ساختیم. هر چهار بچه ما در همین ساختمان زندگی می‌کنند. حالا مصطفی شده یک حاجی بابای دیگر. اجازه نمی‌دهد کسی خانه‌اش را عوض کند و یا از ما دور شوند. مدام ایراد نوه‌ها را می‌گیرد که چرا اینجور لباس می‌پوشند و چرا رفتارشان عجیب و غریب است و من با خنده به او یادآوری می‌کنم روزگار جوانی‌مان را، که همین قدر برای حاجی بابا عجیب بودیم. حالا من مثل مادرشوهرم زنی آرام هستم که در کنار بچه‌هایم احساس خوشبختی می‌کنم. ولی می‌دانم که بعد از مرگ ما این خانه هم فروخته خواهد شد و بچه‌ها می‌روند سراغ زندگی که به انتخاب خودشان آن را برگزیده‌اند همان طور که خانه حاجی بابا فروخته شد و ما رفتیم پی زندگی‌های مختلف خودمان.

زندگی همین است. اما من می‌خواهم امسال عید به بچه‌هایم این عیدی را بدهم که تا در قید حیات هستم می‌توانند زندگی مستقل خودشان را داشته باشند. می‌خواهم به پسرم اجازه بدهم برود تهران زندگی کند. دختر کوچکم دلش می‌خواهد همراه شوهرش به شمال برود و یک گلخانه راه بیاندازد. خلاصه عیدی امسال من به بچه‌ها همین است. مصطفی می‌گوید می‌خواهی بچه‌ها را پراکنده کنی؟ گفتم نه می‌خواهم به آنها پر پرواز بدهم. ولی این خانه جایی است که هر وقت دلتنگ شدند، هر وقت خسته شدند و هر وقت احساس تنهایی کردند می‌آیند اینجا و زیر سایه ما آرام می‌گیرند.

---

هر دو ما حسابی پول در حسابهای بانکی‌مان داشتیم. به سفر نمی‌رفتیم چون سر خرید بلیت و پول هتل نمی‌توانستیم به توافق برسیم. بچه‌ها کاملاً متوجه شده بودند. یک وقت‌هایی از این همه بگومگو خسته می‌شدند و قید خواسته‌هایشان را می‌زدند. خانه‌مان خیلی کوچک بود. ماشین به شدت فرسوده شده بود و وسایل خانه یکی بعد از دیگری خراب می‌شد، ولی هیچ کدام از ما دست به جیب نمی‌شدیم. زندگی ما یک بازی بچگانه بود. هر کس از راه می‌رسید ما را نصیحت می‌کرد ولی فایده‌ای نداشت. جوری زندگی می‌کردیم که انگار آه در بساط نداریم در حالی که این طور نبود. یک وقت‌هایی دلم برای بچه‌ها می‌سوخت و برایشان یک چیزهایی می‌خریدم ولی از آنها می‌خواستم که بقیه خواسته‌هایشان را از پدرشان بخواهند. سعید هم مثل من عمل می‌کرد. ولی دیگر کار به جایی رسید که هر دو یا بهتر است بگویم هر چهار نفر ما خسته شده بودیم. لیلی اصرار داشت که ما از هم جدا شویم. گفت این طوری اعصاب همه راحت‌تر است و در رفاه بهتری زندگی می‌کنیم. راست می‌گفت زندگی شاید راحت‌تر می‌شد. شاید از رقابت دست بر می‌داشتیم و هر کدام می‌رفتیم سراغ زندگی خودمان.

وقتی لیلی رفت با خاله‌اش زندگی کند، تازه فهمیدم بچه‌هایم را دارم از دست می‌دهم. سعید هم سعی کرد دل بچه‌ها را به دست بیاورد. آنها را با خود به سفر برد ولی چون من همراه آنها نبودم بچه‌ها احساس خوبی نداشتند. دست آخر من و شوهرم تسلیم شدیم و قبول کردیم به خاطر خودمان و بچه‌ها از هم جدا شویم. لیلی یک کاغذ برداشت و یک توافق‌نامه مفصل نوشت. قرار شد بچه‌ها در خانه هر دوی ما زندگی کنند. در طول هفته با من باشند و آخر هفته‌ها بروند پیش پدرشان. یک مقرری بابت هزینه‌های زندگی آنها تعیین کنیم و آن رقم را من و سعید به طور مساوی پرداخت کنیم. بچه‌ها گفتند همه این قرارها تا هجده سالگی آنها برقرار است. بعد از آن می‌خواهند مستقل شوند و نه با من و نه با پدرشان زندگی نخواهند کرد. لیلی خانه خاله‌اش را به خانه ما ترجیح میداد. فرهاد هم آنقدر منزوی شده بود که سخت نگرانش بودیم. برای همین زیر آن توافق نامه را امضا کردیم. بچه‌ها خوشحال شدند و قرار شد تا قبل از عید این جدایی انجام شود. من آپارتمانی اجاره کردم و وسایل نو برای خودم خریدم. سعید هم دستی به خانه کشید و هر چه کهنه بود ریخت بیرون. هر دو خانه نو و تمیز و مرتب شده بود. بچه‌ها در هر دو خانه اتاق و تخت خودشان را داشتند. رفتم یک ماشین هم خریدم. تازه داشتم می‌فهمیدم زندگی می‌تواند چقدر بهتر باشد. ولی ته دلم راضی به تمام کردن این زندگی نبودم. هنوز باریکه علاقه‌ای به سعید داشتم.

پروسه طلاق هم در جریان بود. تا این که چند شب پیش از سعید خواستم برای آخری بار با هم صحبت کنیم. هر دوی ما دلتنگ جمع خانوادگی‌مان بودیم. بعد از سال‌ها با هم به رستوران رفته بودیم و سعید دست توی جیب کرد و صورت حساب را پرداخت کرد. بهش گفتم این بهترین شامی بود که بعد از این همه سال خوردم. او هم با غرور گفت چه ساده بود و چقدر دلم برای این جور شب‌ها تنگ شده بود.

هر دوی ما متوجه اشتباهمان شده‌ایم. تصمیم گرفتیم پرونده طلاق را مختومه اعلام کنیم. اما به بچه‌ها هیچ چیز نگفتیم. آنها از این که آنها جنگ و دعواها خاتمه پیدا کرده خوشحالند. با سعید تصمیم گرفتیم یک خانه جدید تهیه کنیم با همه وسایل نو و شب عید بچه‌ها را غافلگیر کنیم. سفره هفت سین می‌چینیم و زندگی‌مان را از نقطه تازه‌ای جشن می‌گیریم.

اگر انسان برای عقایدش سختی نکشد، پس عقاید به چه دردی می خورند؟
● اگزوپری

# زندگی دوباره به من هدیه شد




مجید کاظمی

۶

**حادثه پیش‌بینی نشده!**

روز دوم بعد از ترک هانوی در شمال شهرک وینه (vinh) حدود ساعت سه بعدازظهر، درسی مفید برای ادامه سفرم آموختم که به زنده ماندنم کمک خواهد کرد.

معمولاً در مسیر جاده، فضای بازی هست که بدون ساختمان و حضور کسبه‌ها و به همین دلیل آدم‌ها کم یابند. گذشته از اینکه ترافیک به سنگینی محدوده شهرها نیست، ولی جایی نیست که موتور حضور نداشته باشد و خلوت باشد.

در مسیر حرکت من هم تا محدوده اطراف جاده ساختمانی نبود و تنها زمین‌های کشاورزی و جنگل دیده می‌شدند، در ضمن باران هم می‌بارید،اما امکانات سرعت بالاتر بود و من **برای فرار از سرماخوردگی ناشی از خیس شدن و سردی هوا با سرعت ۷۵ کیلومتر می‌راندم که ناگهان در ده متری مقابلم از میان درختها سه گاو چموش در حال جفتک زدن میان جاده ظاهر شدند.**

فوری شرایط فاجعه‌بار را احساس کردم چون با آن سرعت برخورد به گاوها پیامدش مرگ حتمی، یا حداقل مفلوک شدن بود!

پس عکس‌العمل فوری هر موتورسواری به کار بردن ترمز بود و البته ترمز کردن همان و با آن سرعت پهن جاده شدن همان...

ولی از برخورد به گاوها اجتناب شد.

تجربه و سابقه برای موتورسواری در اینجور موارد حیاتیست ونوع تصمیم پی‌آمد حادثه یا نجات.

من هم بنا به تجربه‌ای که در دوچرخه‌سواری دارم، در اینطور موارد برای تقلیل سرعت یا توقف به کارگیری ترمزهاست که با دست‌ها انجام می‌شوند، من هم که روز دوم موتور سواریم بود، هنوز هماهنگی کافی بین آنچه می‌دیدم و دست‌ها و پاهایم برقرار نشده بود و در این جور موارد، عکس‌العمل غریزی است که عمل می کند، نه فکر کردن، به شکل منطقی و صاعقه هم ترمز عقبش با پا و ترمز جلوی آن با دست راست گرفته می‌شود و حتی در شرایط عادی هم بکارگیری ترمز جلو، عمل درستی نیست بخصوص در سرعت‌های بالا و اینجا بود که تجربه دوچرخه‌سواری محرک غریزه ترمزگیری اشتباه من شد و پای راست، اصلاً وارد عمل نشد، ولی دست راست ترمز جلو را به کار گرفت و حاصلش نقش آسفالت شدن شد.

البته هنوز فاکتورهای باران و گاوها و سرعت زیاد را مقصر نمی‌دانم، چون همیشه و همه‌جا امکان وقوع چنین چیزی هست.

خلاصه **به محض زمین خوردن فوری خسارت را برآورد کردم و سعی کردم تا هوشیار باقی بمانم** و متوجه شدم که توانایی حرکت را دارم، **فعلاً مهم این بود که زنده‌ام و خسارت بدنی جدی در کار نبود، پس فوری صاعقه را به کنار جاده آوردم و با یک نگاه سطحی متوجه شدم او هم صدمه جدی را تجربه نکرده است و فوری روشن شد،** ولی زانو و ران پای چپ، آرنج و دست چپ به شدت سوزش دارند، خورجین چپ هم دریده شده و پاچه چپ شلوار هم با بقیه، جریمه تصادف را تحمل کردند. چاره‌ای نیست جز ادامه مسیر و تلاش برای رسیدن به نزدیکترین شهر.

حالا دیگر خیسم و زخم‌ها و خراش‌ها سوزششان طاقت فرساست! ساعتی بعد اولین هتلی را که دیدم توقف کردم، مسئول هتل پیشنهاد کرد به


خاطره و تجربه ی باقیمانده از تصادف

بهداری بروم، اما من گفتم یک دوش آب داغ و تختخواب راحت همه زخمها را علاج خواهد کرد و البته علاج هم کرد.

**بار دیگر حیات هدیه‌ام شد تا این خطوط را شما خوانندگان ماجراجو بخوانید، حیاتی که زندگی کردن به آن مفهوم و ارزش می‌دهد، نه عاطل باطل به انتظار مردن ماندن!**

***

دو روز در شهر Vinh و هتل مورد نظر ماندم تا نیرویم را جمع آوری کرده و به سفر ادامه دهم.

**حالا باید روی به کارگیری پای راست برای ترمز تمرکز شود و حاصلش رضایت‌بخش بوده، پس از این به بعد سریع نمی‌رانم، مگر در مسیرهای خلوت و باز که می‌بینم گاوها حضور ندارند!**

**حرکت از تایلند به مقصد کامبوج**

صبح زود از درهتل زدم بیرون، به سوی مرز جنوب غربی که خلیج تایلند و مرز این کشور با کامبوج است، به این امید که در جنوب ازدهام کمتر و هوا تمیزتر باشد.

بخصوص که در نقشه گوگل فاصله شهرها زیاد و تراکم خیلی کمتر است. اما ادامه حرکت آسان نبود، چون معمولا وارد شدن به شهرها آسان، ولی خارج شدن از آنها در جهات دیگر دشوار است، گذشته از اینکه، **نقشه گوگل هم غلط نمایش**


اطراف پنوم پن در حاشیه رود مکانگ


لذت سفر با صاعقه وصف نشدنی است - لحظاتی قبل از حادثه



کشتزار برنج در منطقه کوهستانی لائوس. نود در صد کشاورزی در این قسمت از دنیا در فصل بهار و تابستان که فصل بارندگیست انجام می‌شوند و شالیزارها اعظم زمین ها را اشغال میکنند. صنعت آبیاری بطور گسترده هنوز توسعه نیافته ، ولی امکاناتش بسیار وسیع است .

**مـــی‌داد و پلیس هم آدرس اشـــتباه به من داد یا اینکه ممکن است او آدرسی را درست داده ولی من نفهمیدم چه می گوید!**

**آخر کلام اینکه من گم شدم و از آلونک‌های باتلاق رود مکانگ اطراف شهر پنوم‌پن سر در آوردم. چه صحنه‌هایـــی که نباید راهم دیـــدم، آدم قلبش از این همه فقر و درماندگی به درد می آید، نفرین بر عقب ماندگی، جهالت، فقر و ظلم.**

اما هـــر طور که بود راهم را یافتم و مســـیر خروج از شـــهر به طرف مقصد را پیدا کردم در حالی که نمی‌دانستم چه جهنمی پیش رویم است، جاده‌های درب و داغون، خاک، کامیون‌های پر دود و شرایطی که به اصطلاح ســـگ صاحبش را نمی‌شناسد، صد رحمت به کشورهای عقب افتاده!

این وضع هم متاســـفانه ســـاعت‌ها ادامه داشت تا کم کم ترافیک سبک‌تر و جاده‌ها بهتر شدند.

البته مسیری که به طرف خلیج تایلند انتخاب کردم یک ایراد بزرگ هم داشت و آن اینکه **بعداً فهمیدم این جاده تنها شریان صادرات و واردات کامبوج به بندری در خلیج تایلند است و کامیونها یکه تاز این مســـیر هســـتند و هیچ حقي هم برای موتور و ســـوارش قایل نیســـتند، چند بار با کامیون‌هایی برخـــورد کردم که در حال ســـبقت بودند، بدون توجه به من، حتی سرعتشان را هم کم نمی کردند** و مـــن مجبور بودم برای زنده ماندن، از جاده خارج شـــوم، ولی چون این جـــاده شـــریان اقتصادی این کشـــور هست، آســـفالت و جاده در کل در شرایط خوبـــی بودنـــد و **به مـــرور من هم یـــاد گرفتم که چطوری از میان این زورگوهای چرخ‌دار و دودی زیـــگ زاک با موتور رانندگی کنم و جهت اطلاع شـــما خوانندگان کنجـــکاو و ماجراجو هم بگویم که صاعقه هم هیچوقت کم نیاورد و یک اشاره به گاز، مثل صاعقه پاسخ به همراه دارد.**

خلاصه به تقاطعی رسیدیم که مسیر از کامیون‌ها جدا شد، تفاوت مثل روز و شب بود.

همه چیز آرام و پاکیزه شـــد و جاده هم باریک‌تر و پر پیچ و خم، ولی دیگر یکه تاز جاده من بودم.

ترافیک ســـبک هم باعث شـــده بود تـــا خبری از دست فروش‌های اطراف جاده نباشد و حتی گاوها هم غیبشان زده بود، مثل اینکه حالا پوشش گیاهی و جنگلی اطراف هم شادتر و سبزتر جلوه می کند.

برای اولین بار تجربه کردم، موتور سواری می‌تواند یک تفریح هم باشد، آنهم به حد اعتیاد!

**تـــوی ایـــن فکر بـــودم که چـــه اتفاقـــی افتاده و چـــرا مردم، این محل به ایـــن زیبایی را رهایش کرده و اطـــراف پنوم پن برای خودشـــان جهنم بنـــا کرده‌اند؟!** تا اینکه آمدم هتل و روی نقشـــه نگاه کردم، نوشـــته پارک ملی بوتام ســـاکر و این توضیح می‌دهد که چرا شصت کیلومتر آخر با بقیه کامبوج فرق داشته است.

**وقتی دوش گرفتم کف حمام را گل سیاه پوشاند و این نتیجه همان خـــاک و دودهایی بود که در مسیر جمع کرده بودم!**

ما زمینی‌ها جز تعداد معـــدودی، این زمین زیبا و بخشـــنده را به واقع داریم به لبه پرتگاه می‌بریم و روی خرابه‌های آن جهنم بنا می کنیم.

در حالی که تمام کامبوج می‌توانســـت پارک ملیه بوتام ساکر باشد، ولی تورم جمعیت و عدم مدیریت مناسب از آن دوزخی ساخته بس وحشتناک.

البتـــه هتلی که در لبه پارک ملـــی یافتم، اینترنت و تلویزیون ندارد و دوشـــش فقط آب سرد هدیه مســـافر می کند. اما بس آرام و نیروبخش است و تنها صدای طوطی‌ها و پرنده‌ها بگوش می‌رســـند و فرصتی برای پر چانگی بنده!

**شـــام، رســـتورانک نزدیک هتل هم یک تجربه فراموش نشدنی دیگر بود، از دیگ‌های گوشت مـــرغ، خـــوک، گاو، ماهی، دلمه‌هـــای عجیب و غریب، ســـبزی پخته با سبزی‌های نا آشنا و برنج ســـفید معمولی، من هم با اشتیاق از دیگ ماهی، دلمه، برنج و ســـبزی انتخاب کردم و غذایی بود استثنایی که احتمالاً هرگز تجربه نخواهم کرد و پایانی برای یک روز پر ماجرا.** مثل همیشه جای شما خوانندگان عزیز خالی!

سال نوی خوانندگان ماجراجو مبارک

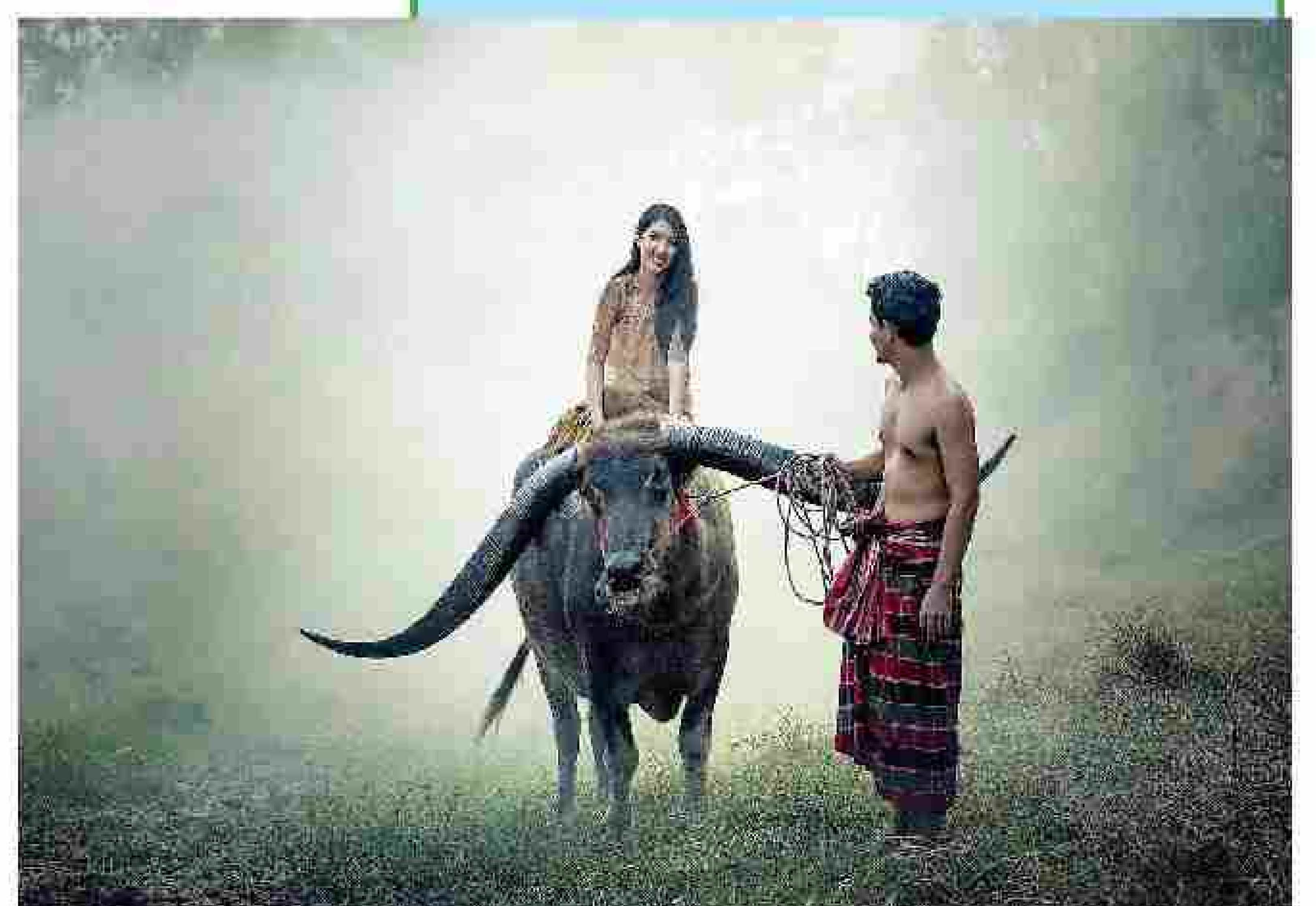
ادامه دارد

بیایید در حال چنان زندگی کنیم که زندگی آینده بهتر باشد
بودا

در مسیر هانوی به سایگان در محلی گُم نام؛ کلاً ویتنام از شمال تا جنوب مثل شمال کشور خودمان ساختمان‌ها همه بهم پیوسته‌اند، جز در مواردی بسیار نادر که فضای باز وجود دارد. بین راه هم صنفی از کسبه‌ها قهوه خانه یا چای خانه‌ای دارند که مسافرها موتوری برای نوشیدن قهوه، نوشابه یا خوردن غذا در آنجا توقف می کنند.
این راحتی‌های آرامش‌بخش هم فقط برای موتورسوارها طراحی شده تا کمی کمر را بتوان استراحت داد. جای شما خالی!



این صحنه در اطراف بندر سیهانوک در خلیج تایلند و در جنوب کامبوج بود که مکانیست توریستی ،تنها برای تفریح توریست های خارجی بخصوص اروپائی



ماجرای واقعی خارجی

منتشر شده در تاریخ ۱۷ فوریه سال ۲۰۲۰
در مجله ریدرز دایجست هندوستان

طعم شیرین موفقیت بعد از ۲۰۰ بار شکست!

# وقتی برای فکر کردن به مشکلات ندارم

مترجم: نیلوفر یوسفی

**این هفته ماجرای واقعی زندگی نویسنده سخت کوشی که آرزوهایش بعد از ۲۱ سال به حقیقت تبدیل شد را تقدیم شما می‌کنیم!**

من در روستای "پانداری" در ۳۰ کیلومتری شهری کوچک به نام "موتیهاری بیهار" به دنیا آمدم. تحصیلات ابتدایی‌ام را در مدرسه روستا سپری کردم و بعد برای ادامه تحصیلات مجبور شدم به مدرسه دولتی شهر بروم. در هندوستان زبان اغلب مردم انگلیسی است، ولی در این مدارس دولتی به علت کمبود معلم اغلب آموزش زبان انگلیسی از برنامه درسی حذف می‌شود. به همین علت من هم تا آن موقع فقط صحبت کردن به زبان اردو را یاد گرفتم. دقیقا یادم است که وقتی حدود ۲۰ تا ۲۱ سال داشتم، متوجه شدم که نویسنده کتاب معروف قلعه حیوانات، "اریک آرتور بلیر" که با نام هنری‌اش "جورج اورول" معروف است، همشهری من یعنی متولد بیهار است.

این موضوع باعث شد پیش خودم فکر کنم من هم یک روز می‌توانم نویسنده موفقی بشوم و همان موقع بذر یک آرزوی بزرگ در دلم کاشته شد. پدرم اولین کسی بود که پنجره‌ای رو به دنیای کتاب و کتابخوانی برایم باز کرد. فقط هفت یا هشت سالم بود که اولین کتاب داستانم را از او هدیه گرفتم. آن روزها پدرم در یک شهر کوچک در نزدیکی شهر ما به ماموریت کاری می‌رفت و هر از چند گاهی برای دیدن ما به خانه می‌آمد.

من که تا قبل از آن روز کتاب داستان ندیده بودم با تعجب از پدرم پرسیدم: "پدر این کتاب برای کلاس درس بعدی من است؟ پس چرا می‌توانم آن را بیرون کلاس هم داشته باشم؟".

آن روزها آنقدر کمبود در جامعه بود که کتاب‌های درسی‌مان را هم در مدرسه می‌گذاشتیم تا نفرات بعدی بتوانند از آن‌ها استفاده کنند.

درست یادم است که پدرم با لبخند برایم توضیح داد که این یک کتاب داستان است و می‌توانم آن را پیش خودم نگه دارم.

من که عاشق شنیدن قصه‌های مادر بزرگ بودم و برای لذت بردن از شنیدن داستان، باید هر شب به چند دقیقه داستان قبل از خواب که او برایم تعریف می‌کرد بسنده می‌کردم، با شنیدن این خبر که خودم هم می‌توانم داستان بخوانم غرق در دنیای شادی کودکانه شده بودم و اینچنین بود که عشق من به کتاب شروع شد.

## وقتی هزار کتاب خواندم

دقیقا تا کلاس دهم صدها کتاب ادبی، رمان، کتاب علمی و تخیلی و غیره را خوانده بودم و حالا وقتش رسیده بود تا در دیگری از دنیای کتاب خوانی به رویم گشوده شود و این اتفاق به این صورت که در ادامه می‌گویم افتاد. آن موقع‌ها "نانجی" مادر بزرگ مادری‌ام یک مغازه کوچک دارو فروشی در شهرک کناری روستای ما داشت. یک مشتری پر و پا قرص وجود داشت که تقریبا هر هفته به مغازه مادر بزرگم سر می‌زد. او تنها کسی بود که در آن منطقه انگلیسی بلد بود. یک روز پدر بزرگم او را صدا کرد تا مرا برای یادگیری زبان انگلیسی تشویق کند. او آنروز به من گفت که یادگیری یک زبان جدید چقدر برای من با آن سن و سال راحت است و اگر زود شروع کنم می‌توانم خیلی سریع زبان را یاد بگیرم.

خیلی سریعتر از آنچیزی که پدر بزرگم فکر می‌کرد، به یادگیری زبان علاقمند شدم و مشتری مادر بزرگ یکی از شاگردانش به نام "جاناک" را برای آموزش زبان به من معرفی کرد. تنها ۱۰ ماه بعد از شروع کردن کلاس‌ها، با جاناک، اولین داستان انگلیسی زبانم را خواندم. آن کتاب آنقدر برایم خاص بود که حتی هنوز تصویر روی جلدش را به یاد دارم.

چند سال گذشت و من برای زندگی به شهری که پدرم در آن به ماموریت می‌رفت، رفتم. خیلی وقت بود به ذهنم می‌آمد که چقدر خوب می‌شود اگر برای یک مجله یا روزنامه داخلی مطلب بنویسم.

باید اولین نوشته‌ام را شروع می‌کردم، رویش کار می‌کردم و بعد هم به روش‌های مختلف داستان نویسی تسلط پیدا می‌کردم. آنقدر در ادامه اهدافم مصمم بودم که خیلی زود شروع به مکاتبه با نویسندگان مجله‌های هندی درباره این موضوع کردم. ولی متاسفانه نهایت چیزی که بدست می‌آوردم یک تعریف ساده از نوشتار خوب متنی طولانی بود. من همیشه اعتقاد داشتم وقتی سدی در مقابل راهم قرار می‌گیرد باید آن را دور بزنم نه اینکه راهم را نصفه رها کنم! به همین دلیل شروع به نوشتن متن انگلیسی کردم. چند هفته بعد نامه‌ای از سردبیر مجله تایمز هندوستان دریافت کردم که از من درخواست کرده بود، برای یک قرار ملاقات کوتاه به آنجا بروم. خیلی سریع وسایلم را جمع کردم و با شوق فراوان راهی سفر شدم.

گویا راه‌ها داشت یکی یکی برای به تحقق پیوستن بزرگترین آروزیم هموار می‌شد.

باورم نمی‌شد! بعد از ملاقات سردبیر مهربان مجله متنی که نوشته بودم را با ادیت فراوان و سنگینی که خودش روی آن انجام داده بود، به چاپ رساند و اینگونه بود که سفر من در راه تبدیل شدن به یک نویسنده موفق شروع شد.

## حالا نوبت رمان نویسی بود

بعد از گذشت سال‌ها مقاله نویسی، فکر کردم دیگر زمان مناسب نوشتن رمان خودم رسیده است اما وقتی به خودم نگاه کردم دیدم که هیچ چیز درباره نوشتار طبیعی، نقشه سازی، شخصیت‌پردازی و روان سازی داستان نمی‌دانم. ولی این مشکل هم راهی داشت. بعد از حدود

دو سال نوشتن رمان و مطالعه فراوان، تازه ایده نوشتار رمان کم کم دستم آمد. البته هیچ وقت فراموش نمی کنم که آن دوره از زندگی‌ام چقدر به هم ریخته و شلوغ بود. همزمان در دوره فوق لیسانس درس می‌خواندم و سرباز هم شده بودم و اینکه برای داشتن درامد در یک بانک هم کار می کردم. همین‌ها باعث شد تا مدتی وقفه در مسیر رسیدن به هدفم بیفتد.

## وقتی دوباره انگیزه گرفتم

در سال ۱۹۹۷ وقتی "آروندهاتی روی" جایزه کتاب هندوستان را برنده شد، من هم انگیزه گرفتم تا کارم را دوباره شروع کنم و دوباره سر کار کردن بر روی رمانم برگشتم. یک دفترچه و خودکار خریدم و همان روز پیش نویس اولین فصل کتابم را نوشتم!

گویا فقط اول راه سخت بود و حالا می‌دانستم باید چه کار کنم. ذهنم آنقدر فعال شده بود که فقط چند هفته بعد فصل پنجم کتاب را تمام کردم. روحیه و انگیزه در وجودم تمام شدنی نبود.

وقتی پیش نویس کتاب حاضر شد، آن را برای "ماری مونت "ادیتور معروف اهل لندن فرستادم و او هم خیلی سریع درخواست چاپ کتابم را رد کرد. ولی جای شکرش باقی بود که در نامه جواب نوشته بود: "اگر بیشتر کار کنی، کارم حتما بهتر خواهد شد".

همین که این جمله را او خواندم هیجان و خوشحالی خاصی در وجودم شکل گرفت.

یک سال بعد، همه چیز اما دوباره تغییر کرد. من در بخش عمومی یک بانک کار پیدا کردم و مجبور شدم برای اینکه نزدیک کارم باشم، به شهر دیگری نقل مکان کنم. این مهاجرت ذهنم را حسابی به هم ریخته و روحم را خسته و افسرده کرده بود. همین شد که مدتی نویسندگی را کلاً کنار گذاشتم در حالی که دلتنگ خانه بودم و وقتی از سر کار برمی گشتم وقتم را با آشپزی و دیدن تلویزیون سپری می کردم. همه چیز روال یک زندگی تکراری و یک شکل را به خود گرفته بود. چهار سال به همین منوال سپری شد و من در اتفاقی که هیچ وقت فکرش را هم نمی کردم دل باخته یک دختر جوان شدم و خیلی زود با او ازدواج کردم.

از آنجایی که من یک مسلمان معتقد هستم، "ترنم "همسرم را قبل از ازدواج خیلی تنها ندیده بودم و ما شناخت دقیقی از هم نداشتیم.

بعد از ازدواج، وقتی ترنم برای اولین بار به خانه من آمد، متوجه روزنامه‌ها و مقالات چاپ شده زیادی شد که هرجای خانه من پیدا می‌شد و این موضوع برایش خیلی جالب بود و خوشبختانه از آنجایی که من معتقدم خداوند در و تخته را با هم جور می کند، ترنم از اینکه متوجه شد من یک نویسنده پاره وقت هستم بسیار هیجان زده شد و اینچنین بود که خداوند یک مشوق قدرتمند را در سر راه من قرار داده بود.

به درخواست ترنم تمام کارها و نوشته‌های نیمه تمامم را شروع به بررسی کردم. همسر عزیزم برای اینکه من را به کارم علاقمند کند، تمام نوشته‌هایم را تایپ کرده بود و برنامه ما این بود که من هر روز تقریبا ۱۰۰ کلمه مطلب بنویسم و ترنم با سلیقه آنها را تایپ کند.

شاید باورتان نشود ولی ما این برنامه را به مدت شش سال ادامه دادیم و در تمام این مدت طولانی من فقط موفق شده بودم به سختی دو فصل دیگر به رمانم اضافه کنم. عادت بازخوانی و کار مجدد من روی محدود فصل‌های نوشته شده کتاب، به این معنی بود که من موفق به اجرای سبک روایی داستان نویسی نمی‌شدم.

## یک اتفاق کاری دیگر

همین شد که پیش نویس همان فصل‌های محدود را بیش از ۲۰۰ بار نوشتم. دیگر کم کم همه چیز داشت برایم خسته کننده می‌شد و چیزی نمانده بود که آرزویم را کلا برای همیشه رها کنم که یک انتقالی کاری دیگر در زندگی‌ام پیش آمد. کار جدیدم آنقدر نزدیک خانه بود که فشار ساعت‌های سنگین رفت و آمد و کار به حداقل‌ترین حالت ممکن در تمام عمرم رسیده بود. حالا زمان مناسبی بود که اهدافم را به صورت جدی پیگیری کنم.

همسر مهربانم همان موقع برایم یک لپ تاب هدیه خرید و با تشویق‌های بی‌دریغش کاری کرد که اول روی تمام شدن رمانم کار کنم و بعد به سراغ ادیت کردن آن بروم.

اگر می‌خواستم از اول روی تکمیل بودن و بی‌نقص بودن نوشته‌هایم کار کنم، هیچ وقت موفق به اتمام آنها نمی‌شدم. همسرم که گویا از طرف خدا آمده بود تا به من کمک کند به بزرگترین آرزوی کل دوره زندگی‌ام برسم، او با عقل و درایتش مرا راهنمایی کرد تا بتوانم پیش نویسم را در سال ۲۰۰۹ آن هم فقط در یک سال حاضر کنم. بعد از اتمام، آن را در مقابل پرداخت هزینه مطالعه به یک منتقد دادم و متاسفانه پاسخش نابود کننده بود. نوشته‌هایم هیچ ارزشی نداشت و او موفق شده بود کلی ایراد از آنها بیرون بیاورد. دیگر به کلی نا امید شده بودم. تا اینکه ترنم یک بار دیگر به کمکم آمد و توانستم بعد از استراحتی موقت دوباره به کار بررسی و اصلاح آن برگردم.

دو سال دیگر هم گذشت و من در تمام این مدت به سختی روی کتابم کار کردم. جالب بود که اولین پیش نویسم یک رمان عاشقانه بود و حالا کتابم تبدیل به یک کتاب فرهنگی با ماجرایی که شخصیت داستان کم کم در طی آن پیر می‌شود با تا مایه موضوعات اجتماعی - سیاسی شده بود. بازخورد سه تن از دوستانم بعد از خواندن کتاب بسیار امیدوار کننده بود و حالا وقتش بود که کتاب را به ناشران هندی و بین‌المللی برای چاپ پیشنهاد کنم. البته این کار هم سختی‌های خودش را داشت ولی من دیگر خسته راهی طولانی که طی کرده بودم فقط در خانه نشسته بودم و منتظر خبری خوب بودم. تا اینکه بالاخره روز موعود فرا رسید و یک ناشر با من تماس گرفت و با شرط عوض کردن عنوان کتاب، چاپ آن را پذیرفت. در آخر کتابم را در کمال ناباوری در دستانم می‌دیدم در حالیکه اسم من به عنوان نویسنده رویش حک شده بود. خیلی زود کتاب "پاتنا بلوز" پر فروش‌ترین و محبوب‌ترین کتاب مورد انتخاب خوانندگان هندی شد و کتابی که مدتی طولانی از عمرم را رویش سرمایه گذاری کرده بودم به ۱۰ زبان ملی هند ترجمه شد.

حالا حتی کارگردانان زیادی به من پیشنهاد ساخت فیلم بر اساس طرح کتابم داده‌اند و در کنار درآمد خوبی که از فروش کتابم به دست آورده ام، هر روز تعداد زیادی نامه و پیغام از خوانندگانم از سراسر کشور دارم و کتابم جایزه‌های متنوع زیادی را برنده شده است که برایم بسیار زیبا و بی‌نظیر است. خستگی‌ام به صورت کامل رفع شده و دیگر وقتی برای فکر کردن به روزهای سختم ندارم. این روزها وقتی روی کاناپه خانه دراز کشیده‌ام به خودم می گویم: "کارت بد نبود رفیق!".



# قرص سرخ شیطان

مصطفی گلیاری



**الشن** سفره را چیده بود. بچه‌ها دورش نشسته بودند. منتظر بودند پدرشان بیاید. به دستشویی رفته بود دستش را بشوید. برای حوصله بچه‌ها زیادی طولش داده بود. بوی قورمه‌سبزی و پلو ایرانی و رنگ سیب‌زمینی‌های برشته و چرب، دهانشان را آب انداخته بود. الشن به پسر بزرگش گفت پدرش را صدا کند. **محمد** پشت دستشویی رفت و گفت: "بابا غذا سرد شد." **نریمان** کمی بعد بیرون آمد: "مگه از بیافرا اومدین؟ بدم میاد از آدمایی که واسه خوردن حریص باشن." الشن در بشقاب او پلوخورش ریخت. قسمتهای خوب گوشت را روی بشقاب چید. کاسه ماست و ترشی را هم گذاشت جلو او. برای بچه‌ها هم کشید. بشقاب خودش را نیمه پر کشید و چند قاشق خورش ریخت.

محمد و مجتبی دولپی می‌خوردند و به‌به می‌گفتند. نریمان غذایی را که در دهانش بود، می‌جوید و قورت نمی‌داد. الشن متوجه او بود. نریمان با نگاهی که تغییر حالت پیدا کرده بود، به پسرهایش چشم دوخته بود و غذایش را مثل آدمس می‌جوید. بچه‌ها توی خودشان بودند و با لذت می‌خوردند. مجتبی به شوخی وانمود کرد می‌خواهد از بشقاب محمد گوشت بردارد. محمد به او پنجه زد. یکهو نریمان خرناس کشید و صدای پلنگ در آورد. چهارچنگولی شد و با دهان به غذای بشقابش حمله کرد. خرناس می کشید و می‌خورد. بچه‌ها خندیدند و ادای او را درآوردند. الشن هم خندید ولی گفت: "بسه دیگه!"

شوهرش تغییر حالت نداد. شانه او را تکان داد: "تو رو خدا بسه. دارم می‌ترسم." نریمان سرش را سمت او کج کرد. دهانش چرب و خورشتی بود. نگاهش غریبه بود. مثل جانوران وحشی به او چنگ انداخت و غرید. چنگ و دندانی هم به پسرهایش نشان داد.

صحنه شام ترسناک شده بود. بچه‌ها به مادرشان پناه برده بودند و گریه می کردند. الشن نمی‌دانست چه کند. دلداری می‌داد: "باباتون داره شوخی می کنه." مجتبی با ترس و گریه می گفت "بابا شده گرگ. می‌خواد ما رو بخوره." محمد با گریه التماس می کرد "بابا تو رو خدا اینجوری نکن." رفتار نریمان پنج دقیقه طول کشید. کم کم به حالت عادی برگشت. الشن دستمال آورد و صورت او را پاک کرد. پیراهنش را که چرب و لک شده بود، در آورد. نریمان بلند شد.

الشن پرسید: "کجا؟"

نریمان: "صورتمو بشورم."

الشن خواست زیر بغلش را بگیرد.

نریمان: "خودم میرم." الشن پیراهن را برد بیندازد توی سبد رخت چرکها. دید در جیبش پاکت کوچکی هست. تویش چند تا قرص قرمز بود. یکی را برداشت و پاکت را سر جایش گذاشت. سطح قرص زبر بود. بوی بدی میداد. قرص را قایم کرد و به هال برگشت. نریمان هم آمد. پرسید: "پیرهنم رو چکار کردی؟"

الشن: "گذاشتم تو سبد.

" نریمان آنجا رفت و پاکت را برداشت.

شام از دهان افتاد. دیگر کسی میل نداشت سر سفره بیاید. سفره به هم ریخته و کثیف شده بود. خانه را سکوت گرفته بود. نریمان به محمد اشاره کرد: "تلویزیون رو روشن کن." سریال تکراری داشت. دقایقی بعد نریمان گفت: "فکر کنم ترشی خوردم و سردی کرده بودم که اون کارا رو کردم. دست خودم نبود. مغزم یخ بسته بود. یه جوری بودم." الشن زود رفت و چای نبات آورد:

"بخور واسه رفع سردی خوبه."

نیمه‌شب آن شب محمد به آشپزخانه رفته بود و در تاریکی داشت لقمه می گرفت. حس کرد کسی پشت سر اوست. سرش را برگرداند. نگاهش به نگاه پدرش افتاد. تیره پشتش مورمور شد. جیغ کشید و فرار کرد. نریمان عصبی شد ولی واکنشی نشان نداد. الشن به محمد سیلی زد و با خشم گفت "صداتو نشنوم."

صبح نریمان کمی دیرتر از همیشه رفت سر کارش. محمد به مادرش گفت: "بابا رو نبریم دکتر؟ دیشب مثل دیوونه‌ها شده بود." الشن آهسته به سر او زد: "اینو دیگه جایی نگی ها! می‌خوای همه بگن نریمان جنون گرفته؟ مگه نشنیدی گفت ترشی خورده بود و سردی کرده بود؟"

الشن قبل از ظهر به داروخانه رفت و قرص را نشان داد. گفتند دست‌ساز است و آن را نمی‌شناسند. الشن به عطاری رفت. عطار هم قرص را نشناخت ولی گفت یکجور روانگردان است. الشن پرسید: "خطرناکه؟" عطار: "روانگردان خطرناکه. ممکنه به آدم توهّم بده و بلایی سر خودش و اطرافیانش بیاره. یه نفر بود که روانگردان زده بود. فکر کرد پرنده‌س. از پشت بوم پرید پایین تلف شد. شوهرت از اینا می‌خوره یا برادرت؟" الشن گفت "هیچکی" و رفت. نمی‌دانست چه کند. به کسی نمی‌توانست بگوید در جیب شوهرش چه پیدا کرده و دیشب چه رفتار ترسناکی داشت. آبروی شوهرش برایش مهم بود. از طرفی خجالت می کشید درباره آن قرص‌ها با شوهرش حرف بزند. صبوری پیشه کرد و از خدا خواست به نریمان کمک کند.

**جور دیگر:**

ترس محمد و سیلی مادرش. جور دیگر این قسمت از قصه این است که الشن به پسرش آرامش می‌دهد بعد می‌پرسد چه شده؟ و وقتی که علت جیغ و ترس محمد را فهمید، با توجه به اینکه دیشب نریمان پلنگ شده بود، به محمد حق می‌دهد. پیشنهاد محمد برای به دکتر بردن پدرش خوب بود. الشن هم در جور دیگر با دکتر موافق است اما در ناجور نگران آبروست و فکر می کند هر کس برود پیش مشاور دیوانه است. دکتر رفتن و درمان کردن مال آدمهای فهمیده است و بی آبرویی محسوب نمی‌شود. بی آبرویی وقتی است که رفتارهای بیمار علنی‌تر شود و نشود

آن را کنترل کرد. حفظ کردن آبروی خانواده واجب است اما الشن می‌توانست با یک بزرگتر فامیل که عاقل‌تر هم هست، مشورت می کند.

**توهّم و جنون:**

الشن خدا را شکر کرد که درباره نریمان با کسی حرف نزد چون رفتار شوهرش مثل قبل شد و هیچ حرکت ناجوری نداشت. ترشی و ماست و انواع سردی‌ها را هم در خانه ممنوع کرد.

غروب تابستان بود. نریمان هندوانه خونی رنگ و عسلی طعمی خریده بود که آدم را وسوسه می کرد پوستش را هم دندان بزند. محمد و مجتبی همین کار را کردند. روی سینک ظرفشویی خم شده بودند و پوست شیرین آن را دندان می‌زدند. و خوشحال بودند که مادرشان پوست را طوری گرفته که دندانگیر باشد. نریمان سرگرم خوردن هندوانه بود. نگاهی به آنها انداخت: "مگه شما الاغین که دارین پوست‌شو می‌خورین. بیاین مثل آدم بخورین." الشن هم دنبال حرف او را گرفت: "همه جا رو کثیف کردین. از دست شما دو نفر ذلّه شدم." مجتبی: "مگه چکار کردیم؟ به نفع شما. گوشتش به شما رسیده پوستش به ما." نریمان یک تکه بزرگ هندوانه برداشت. با گامهایی که محکم روی زمین کوفته می‌شد، رفت طرف بچه‌ها. محمد فرار کرد. نریمان پس گردن مجتبی را گرفت و هندوانه را به دهان او فشار داد. مجتبی جیغ کشید. داشت خفه می‌شد. الشن با خواهش و کشمکش بچه را نجات داد. نریمان کف آشپزخانه نشست. خرناسهایش آرام شد و غروب آنها غم‌انگیز و رعب‌آلود شد.

شب محمد آهسته به مادرش گفت: "تو رو خدا ببریمش دکتر. امشب مثل خوناشام شده بود." الشن زد زیر چانه او: "ببند فکت رو. بابات هیچیش نیست. سردی براش بده. هندونه خیلی سرده." این را از ته دل نگفت چون می‌دانست قضیه زیر سر قرصهاست و اگر کاری نکند، مشکل بزرگی پیش می‌آید. به فکرش رسید به جادوگر متوسل شود. پیش یکی از آنها رفت و قرص را نشان داد. مرد جادوگر گفت: "این قرص شیطانه. خیلی خطرناکه. باید از اجنه بپرسم ببینم درمانش چیه." پول خوبی از او گرفت و طلسم نوشت. یک قرص سفید هم داد گفت در غذایش حل کند.

شام آبگوشت داشتند که غذای دلخواه نریمان بود. بچه‌ها دوست نداشتند. الشن برای آنها کوکوسبزی پخته بود. نریمان سردماغ بود. ترانه زمزمه می کرد. یک کاسه بزرگ ترید خورد. یک بشقاب هم کوبیده و نان مفصل خورد. ده دقیقه بعد از شام به گوشه اتاق خیره شد. از محمد پرسید: "اون چیه؟" محمد: "دستمال کاغذیه." نریمان به همان نقطه خیره شد. از ذهنش گذشت:

> **محمد در تاریکی داشت لقمه می‌گرفت. حس کرد کسی پشت سر اوست. سرش را برگرداند. نگاهش به نگاه درنده پدرش افتاد. تیره پشتش مورمور شد. جیغ کشید و فرار کرد**

"اینهمه خرگوش از کجا اومده؟" کمی بعد غرید و دندان نشان داد. بچه‌ها و مادرشان به وحشت افتادند. نریمان چهار دست و پا به خرگوش‌های ذهنش حمله کرد. حس می کرد گرگ است و دارد خرگوشها را می‌درد. محمد از مادرش جدا شد. گوشی او را برداشت و به دستشویی رفت. ۱۱۰ را گرفت. با گریه گفت:

"بابام دیوونه شده. کمک کنین!"

با ترس از دستشویی بیرون آمد. پدرش آرام گرفته بود. الشن گوشی را دست او دید. پرسید: "به کی زنگ زدی؟" محمد با ترس و آهسته گفت: "به صد و ده." مادرش محکم به دهان او کوفت: "بی‌شعور! مگه نگفته بودم درباره بابات به کسی حرفی نزن؟" محمد با گریه: "چرا نگم؟ می‌خوای بابام دیوونه دیوونه بشه و دیگه نتونیم براش کاری کنیم؟" الشن توسری سنگینی زد: "تو غلط کردی سر خود تلفن زدی. زود باش زنگ بزن بگو شوخی کردی." صدای مجتبی آنها را به هال کشاند: "مامان بدو بیا. بابا داره خودشو می کشه." از گردن و دستهای نریمان خون می‌چکید. نعره می کشید و به چیز یا کسی موهوم ضربه چاقو می‌زد. گاهی خودش را هم زخمی می کرد. محمد هراسان به مجتبی گفت: "فرار کن." نریمان سمت او پرید. محمد جاخالی داد و به کوچه گریخت. و موتور پلیس را دید که می آمد. سمت آنها دوید...

نریمان را به بیمارستان بردند. آزمایش‌ها نشان داد دو داروی شیمیایی خطرناک مصرف کرده. یکی همان قرص قرمز بود دیگری قرص سفیدی که جادوگر داده بود. الشن از آن

قرص حرفی نزد تا به چیزی متهم نشود. یک ماه طول کشید تا اثرات سمی داروها از بدنش خارج شد. در آن مدت مشاور کمکش کرد از عوارض روحی و عصبی داروها خلاص شود. او به کسی نگفت که چه شد آن قرص‌های سرخ را به دست آورد و مصرف کرد. سوگند خورد دیگر فریب کسی را نخورد و سرخود دارو مصرف نکند.

**جور دیگر:**

وقتی بچه لذتی می‌برد که زیانبار نیست، توی ذوقش نمی‌زنیم. اشکال ندارد پوست شیرین هندوانه را دندان بزند. شاید همه ما در کودکی این کار را کرده باشیم و لذت برده باشیم.

در این بخش باز هم بحث آبرو پیش آمده. الشن کاملاً ناجور فکر کرد. در جور دیگر به جای اینکه اینجور چیزها را آبرو بدانیم، به فکر راه چاره منطقی و عملی هستیم یعنی همان کاری که محمد کرد. غریزه‌اش به او فهماند همه چیز غیرعادی است. غیر از پدرش، مادرش هم به کمک و راهنمایی نیاز دارد. و کاملاً به‌موقع تصمیم گرفت که از پلیس کمک بخواهد. و دیدید که اگر این کار را نمی کرد، ممکن بود پدرش خودش را یا زن و بچه‌هایش را بکشد. یکی دیگر از ناجوری‌های الشن این بود که نگفت جادوگر به او قرص داده و آن را در آبگوشت نریمان حل کرده. اگر گفته بود، جادوگر بازداشت و مجازات می‌شد تا دیگر نتواند مردم را فریب بدهد و جان آنها را به خطر بیندازد. کاش نریمان هم گفته بود قرص سرخ را از کجا آورده بود تا توزیع کننده آن را دستگیر می کردند.

ناتوان‌ترین مردم کسی است که در مهرورزی ناتوان است • حضرت علی(ع)

## نکته

## ترسناک‌ترین بازار جهان

این نوع بازارهای عجیب و غریب که اسکلت جمجمه حیوانات را به‌فروش می‌رسانند بیشتر در کشورهای آفریقایی توگو و بنین دیده می‌شود. فروش این اجناس عجیب، بیشتر به دلایل خرافی و اعتقاد به وجود ارواح در این جمجمه‌ها است که خریداران به‌دلایل اعتقادی خاص و خرافی آنها را خریداری می کنند. آنها معتقدند که زمانی که یک بیمار از بیمارستان و دکترها جواب رد می گیرد، تنها راه برای شفا را در این بازارها خواهند یافت.





# شگفتی‌های سال

کریم ملکی

## مراسم ازدواج غم انگیز



جیم رتز ۹۲ ساله اهل کالیفرنیا که دچار سرطان لوزالمعده مرحله ۴ است و اطمینان داشت که در مراسم عروسی دختر کوچکش حضور نخواهد داشت تصمیم گرفت با حضور اقوام و دوستان خود عروسی زودهنگام برای دخترش بگیرد.او با غرور دست دخترش جوزی را گرفت و حلقه‌ای را بر انگشت اشاره او قرار داد تا برای دخترش خاطره‌ای شیرین به جای بگذارد.او می‌دانست آنقدر زنده نخواهد ماند تا در عروسی دخترش او را همراهی کند بنابراین چندین سال زودتر مراسم عروسی را با او برگزار کرد. مادرش هم در عرض ۷۲ ساعت توانست مراسم مقدماتی ازدواج از قبیل کیک عروسی، لباس، گل، آرایش و تدارکات را فراهم کند و با گرفتن عکس و ویدئو یادگاری به همراه پدرش آرزوی او را برآورده کند.

## ساعت عجیب تولد سه خواهر

ساعت عجیب تولد ۳ دختر لوری دیرسلی تعجب پزشکان را برانگیخت چون هر سه فرزند این زن، دقیقاً در ساعت ۷/۴۳ دقیقه متولد شده‌اند!به اعتقاد کارشناسان این اتفاق بسیار نادر است و در هر ده میلیون نفر در سراسر جهان فقط یکی ممکن است به این حالت شبیه باشد. بزرگترین فرزند سوری به نام "الا" در تاریخ ۱۰ اکتبر سال ۲۰۰۵ و دقیقاً در ساعت ۷/۴۳ دقیقه متولد شد و فرزند دومش در سال ۲۰۰۷ در ساعت ۷/۴۳ دقیقه



به دنیا آمد و سرانجام آخرین کودک او به نام هریسون در همین ساعت به دنیا آمد.نکته جالب این است که پرستاران بیمارستان می‌دانستند ۲ فرزند قبلی این زن درست در یک ساعت خاص متولد شده بودند. به همین دلیل بی‌صبرانه منتظر بودند تا زمان تولد آخرین فرزندش را ببینند و در نهایت شگفتی، سومین کودک هم درست سر وقت یعنی ۷/۴۳ دقیقه متولد شد!

## مرد پابرهنه



این مرد آلمانی مدت هشت سال است که بدون هیچ دلیلی تصمیم گرفت دیگر کفش نپوشد. او از آن روز تا به اکنون کاملاً در اجرای این ایده مصمم بوده است، اما پاهای او به شدت سیاه و سفت شده است.او در یک مصاحبه گفت: قصد دارد تا آخر عمر از کفش استفاده نکند و پاهایش حکم کفش را برایش دارد و می گوید از این بابت خیلی هم راضی‌ام.

## عدد ۱۲ روی پیشانی نوزاد



این کودک تازه متولد شده به نام "هانروفن" از شهر ژوهانسبورگ آفریقا، بعد از تولد روی پیشانی‌اش عدد ۱۲ حک شده که به صورت ماه گرفتگی است.البته والدین این کودک از این بابت هیچگونه نگرانی ندارند و معتقدند این عدد خوش یُمن و خدادادی باعث موفقیت او در آینده خواهد بود. این در حالی است که پزشکان گفته‌اند این نوشته تا چند سال دیگر احتمالاً پاک خواهد شد.

## مرد شیری



استفان بیبروسکی لهستانی که در سال ۱۸۹۱ به دنیا آمد هنگام به دنیا آمدن تمام بدنش پوشیده از مو بود و پزشکان را از همان بدو تولد شگفت‌زده کرد. این مرد از تمام مجراهای صورت، پوشیده از مو است، به خاطر همین صورت او مانند شیر است و وی به مرد شیری معروف بود.

## این سگ خیلی‌ها را شرمنده کرد



این سگ ۸ ساله که صاحبش او را "تام" نامگذاری کرده است هر جا زباله و یا مواد بازیافتی می‌دید، فوراً آن را جمع آوری می کرد و جلوی صاحبش می گذاشت."تام"توسط صاحب خود مدت سه ماه آموزش دیده تا هر کجا بخصوص در فضای سبز، اگر زباله‌ای مشاهده کرد، آن را بردارد و در سطل مخصوص زباله بیندازد.

صاحب این سگ می گوید، من در ازای جمع آوری زباله‌ها هر روز جایزه‌ای در نظر می گیرم تا این حیوان هوشیار تشویق شود و در این کار جدیت بیشتری داشته باشد.

**تجربه ۹ بار مرگ**



این پسر انگلیسی ۲۵ ساله تا به حال بیش از نه بار از مرگ حتمی نجات پیدا کرده است.
او چند بار ایست قلبی، تصادف خطرناک شکستگی گردن و دیگر مشکلات و بیماری‌ها را تجربه کرده و از همه آنها جان سالم به در برده و همه پزشکان را غافلگیر کرده است.

**قاچاقچی آدم خوار به دام افتاد**



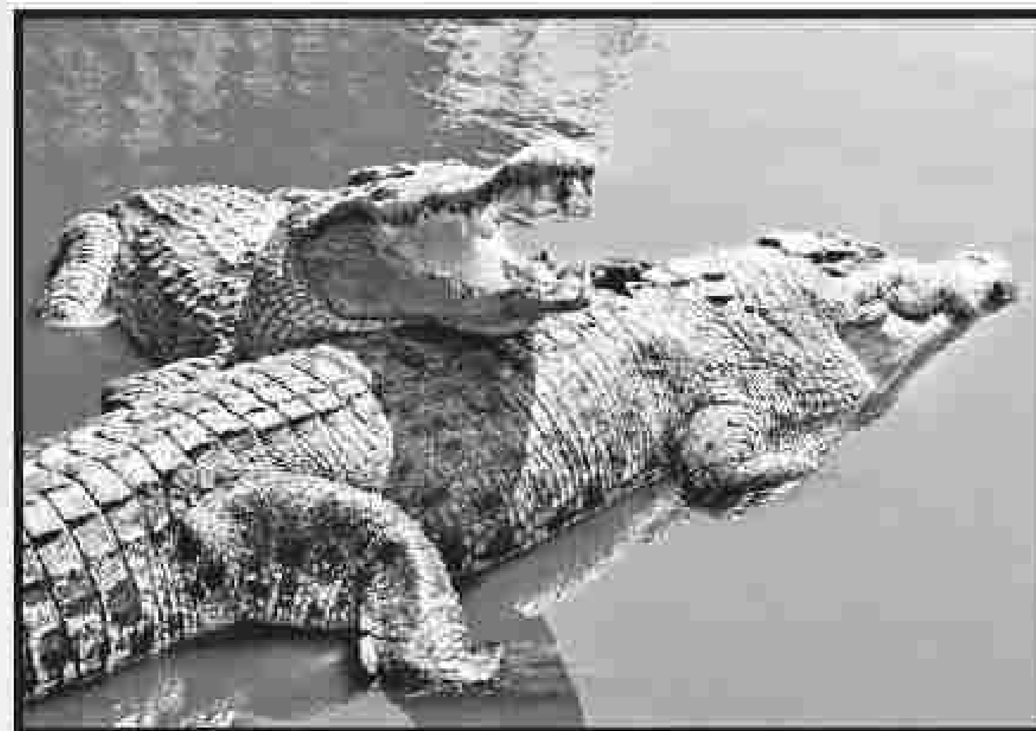
پلیس مکزیک قاچاقچی مشهوری را که قلب قربانیان خود را می‌خورد، دستگیر کرد. به گزارش "دیلی میل" پلیس مکزیک سالها به دنبال دستگیری این قاچاقچی آدمخوار بود که از رهبران کارتل‌های مشهور مواد مخدر مکزیک است. ردپای این متهم که به خوردن گوشت و قلب دشمنان خود شهرت داشت، در پرونده قتل ۱۵۰هزار نفر پیدا شد. "لازاکانو" زمانی که ۱۶ سال داشته به کارتل مواد مخدر "زتا" پیوسته و از آن زمان تاکنون جنایت‌های هولناکی انجام داده، تا اینکه چندی پیش دستگیر شد.

**دختر ۵ ساله بهترین آشپز**



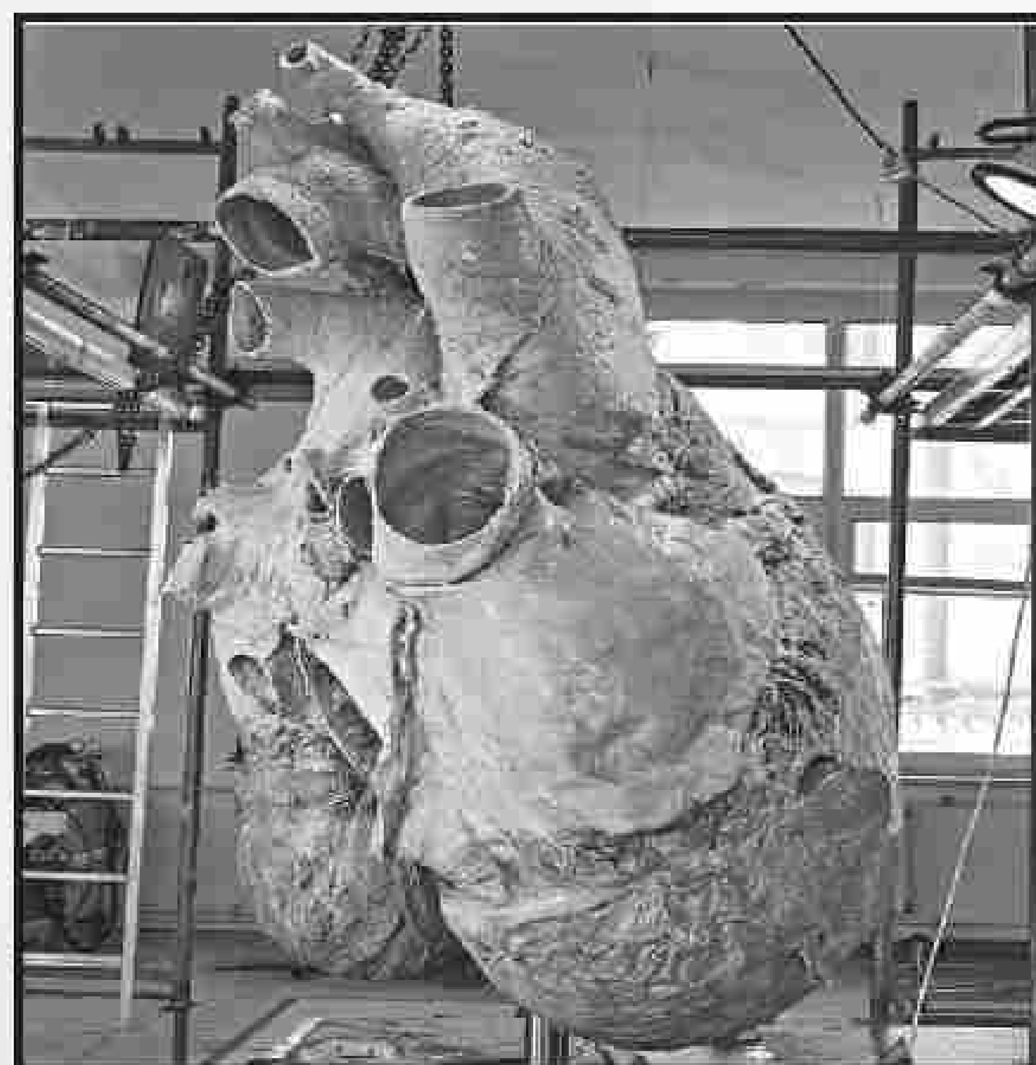
دختر ۵ ساله عرب در مسابقه آشپزی شارجه برنده جایزه بهترین آشپز شد. "جاهن رضان" در میان شرکت کنندگان در رقابت آشپزی کودکان و نوجوانان در شارجه خوش درخشید و بهترین غذای خود را برای داوران آماده کرد. این دختر ۵ ساله خوش زبان، در پختن غذا دسر و کیک بستنی بسیار ماهر است. او می گوید: من آشپزی را از تمام سرگرمی‌های کودکانه بیشتر دوست دارم.

**کروکودیل‌ها تا ابد زنده‌اند!**



بعضی حیوانات از ویژگی به نام "پیری نامحسوس" برخوردارند به این معنی است که از نظر تئوری این حیوانات می توانند تا ابد زنده بمانند. برای مثال کروکودیل‌ها بر اثر کهولت سن نمی میرند بلکه علت مرگ آنها گرسنگی است. اگر تا ابد غذا بخورند، هیچ وقت نمی‌میرند. احتمال دیدن یک کروکودیل هزار ساله بسیار بعید است چرا که بیشتر این حیوانات بر اثر گرسنگی، گرما و یا به دست موجودات شکارچی و انسانها تلف می‌شوند!

**بزرگترین قلب دنیا**



نهنگ آبی بزرگترین حیوان کره زمین است و بزرگترین قلب دنیا را هم دارد. نهنگ‌های آبی وقتی می‌میرند به ته دریا می چسبند و به ندرت اتفاق می‌افتد که امواج او را به ساحل بکشانند اما در سال ۲۰۱۴ امواج دریا یک نهنگ آبی را به ساحل آورد و محققان قبل از اینکه این نهنگ تجزیه شود قلب او را خارج کردند. بد نیست بدانید که این قلب ۱۹۹/۵ کیلوگرم وزن دارد و سایز آن به اندازه یک ماشین معمولی است. این قلب هر بار ۲۲۰ لیتر خون را انتقال می‌دهد، اما با وجود همه اینها کندترین قلب را در میان تمامی حیوانات دارد. قلب نهنگ آبی در هر دقیقه ۴ تا ۸ بار می‌زند.

**مجسمه‌های بافتنی**



یک خانم ۳۶ ساله هنرمند فنلاندی موفق شد با ابتکار خلاقانه‌ای با استفاده از کاموا بدل‌های جالبی از اعضای خانواده و دوستان خود بسازد. این بدل‌ها از لحاظ اندازه و شکل و رنگ شبیه نسخه اصلی‌شان هستند.

**این هم مرد لاک پشتی**



رشد یک توده سرطانی غول پیکر بر پشت یک مرد چینی باعث شد که او مرد لاک پشتی لقب بگیرد. این تومور شگفت‌انگیز ۱۵ کیلو وزن داشت و خوابیدن را برای این مرد چینی دشوار کرده بود که به ناچار پزشکان با تصمیم خود بیمار موفق شدند این توده عظیم را از پشت او خارج کنند.
"تامگن بیش از ۳۰ سال این توده سرطانی را بر پشت خود حمل می کرد تا اینکه تصمیم به جراحی گرفت و در حال حاضر حال او مساعد است.

**تولد خاطره‌انگیز**

دختر آمریکایی، در جشن تولد ۲۸ سالگی‌اش، خود را در جمع خانواده و دوستانش قنداق پیچ کرد! این دختر جوان با همکاری دوست عکاس خود روزی خاطره‌انگیز و به یادماندنی را برای جشن تولدش رقم زد. "نیکول" در حالی که خود را مثل نوزادان قنداق پیچ کرده بود و با نگاه دوستان و خانواده‌اش در اطراف خود مثل یک نوزاد تبسم می‌زد، با یادداشتی کنار خود نوشت "۳۲۶ ماهگی" و سپس عکسهای روز تولدش را گرفت.



**افراد خلاق می دانند چگونه با روی باز با مسایل برخورد کنند**

● جان سی مکسول

# بگو سیب...


مصطفی گلباری

sooshtraa@yahoo.com


## همت کنین







وزارت بهداشت پیش‌بینی کرده اگه مردم هم همکاری کنن، سه هفته دیگه کرونا نداریم. دوستان، همشهریا، هموطنا، آشناها و غریبه‌ها لطفاً همکاری کنین. آب دهن تو خیابون نندازین. ماسک و دستکش رو پرت نکنین تو کوچه. مثل همون وقتایی که دیگه ظرف نذری رو پرت نمی کردین تو جوب و می گفتین رفتگرها لشکریان یزید نیستن، این بارم همت کنین بلکه تا سه چار هفته دیگه کرونا رفت و روسیاهی به محتکران ماسک و دستکش و ژل موند.

## پاداش تپل

به این عکس نخندین. یه خدمتکار زحمتکش بیمارستانه که به جای اینکه غر بزنه چرا لباس نداریم، با امکانات ابتدایی خودش واسه خودش لباس ساخته و رفته تو ایزوله. خدا حفظش کنه. دمش گرم. ایشالا بعد از این جریانات دولت یه حال اساسی به خدمه بیمارستانا بده و فقط اکتفا نکنه که درود بر رزمندگان جبهه کرونا و درود بر شرف‌تون و اینا... پول و پاداش تپل و آبرودار بهشون بده بعدش بگه درود بر...



## خودمون جربزه داریم



این صحنه‌ها باید زیاد بشه. باید همه درک کنن که بهداشت فردی یعنی بهداشت جمعی و برعکس. دیگه به این کار نداشته باشین که دولت جربزه‌شو نداره به راننده‌های تاکسی مایع شوینده بده. بازم جای شکر داره که روزی دوباره مترو و اتوبوس رو گندزدایی می کنن. امروز به جای اینکه هی اخبار جعلی و غیر جعلی کرونایی واسه همدیگه نقل کنین، همت رو بذارین روی تشویق دیگران به رعایت انواع بهداشتها و ثابت کنیم خودمون جربزه داریم. لطفاً خربزه نخونین!

## چه شیرین و چه تلخ

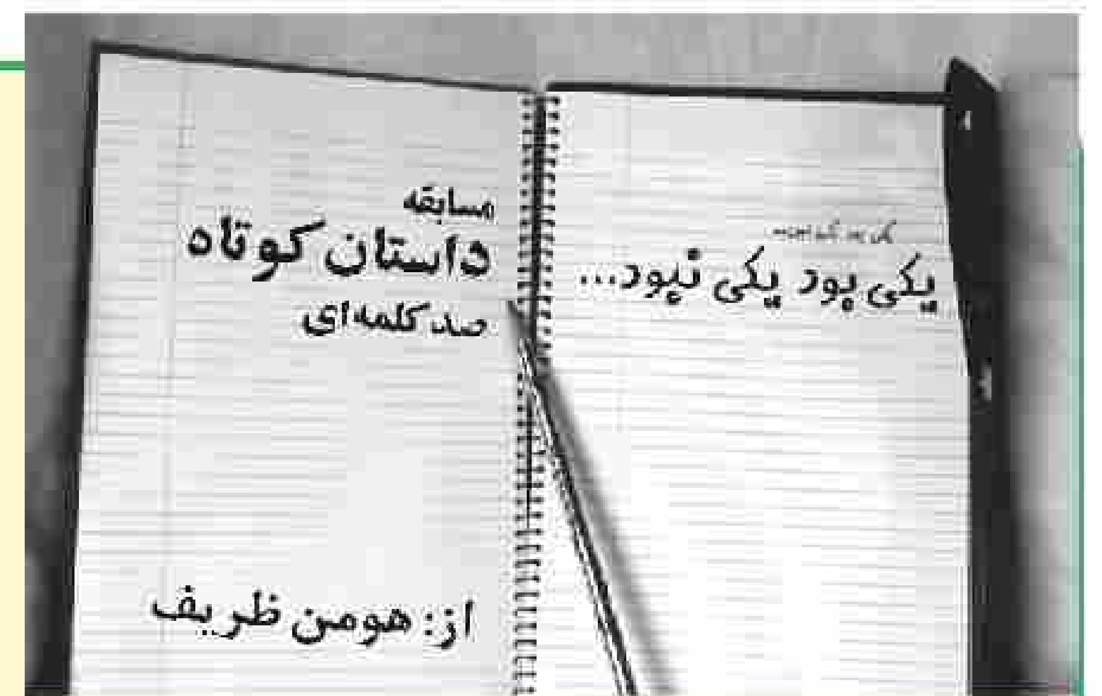


آره! اگه هیچی نداری همین ماسک هم خوبه. فقط یه فکری هم براش بکن که هواش جریان داشته باشه تا بخار نکنه. می‌تونی با سوزن سوراخش کنی و یه تیکه دستمال کاغذی جای فیلتر بذاری. اگه الکل شیرین گندم گیرت نیومد، با آب و وایتکس بساز. خیام گفت بگو پیمانه چو پر شود چه شیرین و چه تلخ.

## به قیمت خون پدر




رفتم داروخونه. نه ماسک داشت نه ژل ضدعفونی کننده ولی ژل افزاینده به‌وفور داشت. رفتم سر چهار راه از عطاری ماسک خریدم دونه‌ای پنج تومن. بردم داروخونه نشون دادم. با حیرت و سرزنش گفت چرا به این گرونی خریدی؟ اگه گرون نخرین ارزون میشه. گفتم کی ارزون میشه؟ بعد از اینکه کرونا گرفتم؟ یه نفر گفت یه موتوری دیدم ماسک فیلتردار می‌فروخت. به نظرم عمداً ماسک و دستکش رو به داروخونه‌ها نمیدن تا اونایی که احتکار کردن، بتونن گرون بفروشن و رو دستشون نمونه. غیر از اینه؟ اگه به داروخونه ماسک بدن مجبورن به قیمت مصوب بفروشن ولی اگه ندن و بدن به عطاری و موتوری، می‌تونن به قیمت خون پدرشون به خلق‌الله نگران بفروشن.




**از نخستین شماره ای که شما را دعوت به نوشتن داستانهای صد کلمه‌ای کردیم این صفحه با استقبال خوبی از سوی خوانندگانمان روبرو شد و در این شماره علاوه بر چاپ داستانهای ارسالی شما پیرامون دکه مطبوعاتی، تصویر بعدی را به عنوان سوژه داستانهای صدکلمه‌ای تقدیم شما می‌کنیم و می‌دانیم که خاطرات در کالبد داستانهای کوتاه شما جانی تازه می‌گیرند. پس درباره سیزده بدر، داستان صد کلمه‌ای بنویسید و خاطرات سبز گذشته و حال خود را با سبزی طبیعت گره بزنید و علاوه بر رعایت صد کلمه‌ای بودن داستان، نام و نام خانوادگی و شهر خود را هم حتماًبنویسید. نوروزتان پیروز، هر روزتان نوروز.**


تصویر شماره (۳)

۱۳ فروردین ۱۳۴۴

## زنجیر

دوباره زنجیر دوچرخه‌ام از جایش درآمده بود. سریع با دستم زنجیر را سر جایش انداختم. دستم با روغن سیاه شد. دستهایم را با شلوار چیت سیاه رنگم پاک کردم و سوار دوچرخه شدم. تند رکاب می‌زدم تا زودتر به دکه روزنامه فروشی برسم. هوا سرد بود. باید زودتر برمی گشتم و مجبور نباشم به پدرم جواب پس بدهم. مادرم شعر می گفت و برای روزنامه می‌فرستاد تا چاپ شود. البته پدرم مخالف بود. دفعه اول که این موضوع را فهمید قیامتی شد که نگو نپرس. تنها کسی هم که کتک خورد من بودم چون مادرم در زیرزمین پنهان شده بود و پدرم تمام خشمش را سر من که به قول خودش بی‌غیرت بودم خالی کرد. پدرم طباخی داشت و اصلاً نمی‌توانست این بی آبرویی !را تحمل کند. می‌دانست که پشت سرش لیچار می گویند. برای پدرم با آن سبیل‌های آویزان و موهای فرفری جاهلی سخت بود که زنش شاعر مسلک شود. آن هم شعرهای عاشقانه که دلبری در آن لبریز بود. به دکه رسیدم و دوچرخه را به کناری پرتاب کردم و با سواد دست وپا شکسته‌ای که داشتم دنبال روزنامه گشتم. پیدایش کردم پول آن را روی پیشخوان پرتاب کردم و سریع سوار دوچرخه‌ام شدم. برای برگشت راه میانبر را انتخاب کردم ولی اشکال کار در این بود که باید از جلوی دکان پدرم می گذشتم. خطر آن را به جان خریدم و تند رکاب زدم. از کوچه پس کوچه گذشتم. باد سردی صورتم را می‌سوزاند. به خانه رسیدم. مادرم منتظر بود. روزنامه را از دستم گرفت و بوسه‌ای روی پیشانی ام زد. چقدر احساس غرور می کردم. وقتی لبخند مادرم را دیدم از خوشحالی دلم غنج رفت. می‌دانستم که دوباره باید کتک بخورم، ولی ارزش لبخند مادرم از همه چیز بالاتر بود.

**آمنه نقی لو**

## هدیه متفاوت روز مادر

از مادر بزرگم پرسیدم: بهترین هدیه‌ای که روز مادر از پدربزرگ گرفتی چی بود؟

مادربزرگم، همون طور که داشت با گوشه چارقد گل گلیش عینکش رو پاک می کرد، گفت: توچی حدس می‌زنی نوه گلم؟ من‌من کنان گفتم: "ببخشید نمی‌خواستم ناراحتتون کنم، اما فکر می کنم، گردنبند، لباس و... "

خلاصه سرتونو درد نیارم خیلی تلاش کردم که اسم کادوی پدربزرگ رو بگم، اما من که همین جور تلاش می کردم و اسم هزارتا چیز جور واجوار رو اسم می‌بردم، مادر بزرگ گفت: زیاد تلاش نکن، پاشو برو اون گنجه رو بیار... من رفتم گنجه رو آوردم، مادر بزرگ دست کرد و از توی گنجه، چیزی رو به من نشون داد، که نمی‌دونستم، ناراحت بشم، بخندم و یا تعجب کنم. مادربزرگ به قول امروزی‌ها ایستگاهم رو گرفته... اما مادر بزرگ باخونسردی هرچه تمام‌تر گفت: حق داری که تعجب کنی، اون وقتا که من و پدربزرگت عروسی کردیم، پدر بزرگت ده سالی این عادت رو داشت، یکی از روزا که خدامادرت رو بعد از ده سال دوا درمون راز و نیاز به ماداد،پدربزرگت، برای روز مادر من، این هدیه رو داد، هدیه‌ای که برای من با الماس کوه نور برابری می کنه، برای همین سی سالی هست که این جعبه سیگار رو دست نخورده نگه داشتم.

**امید سبزعلیها**

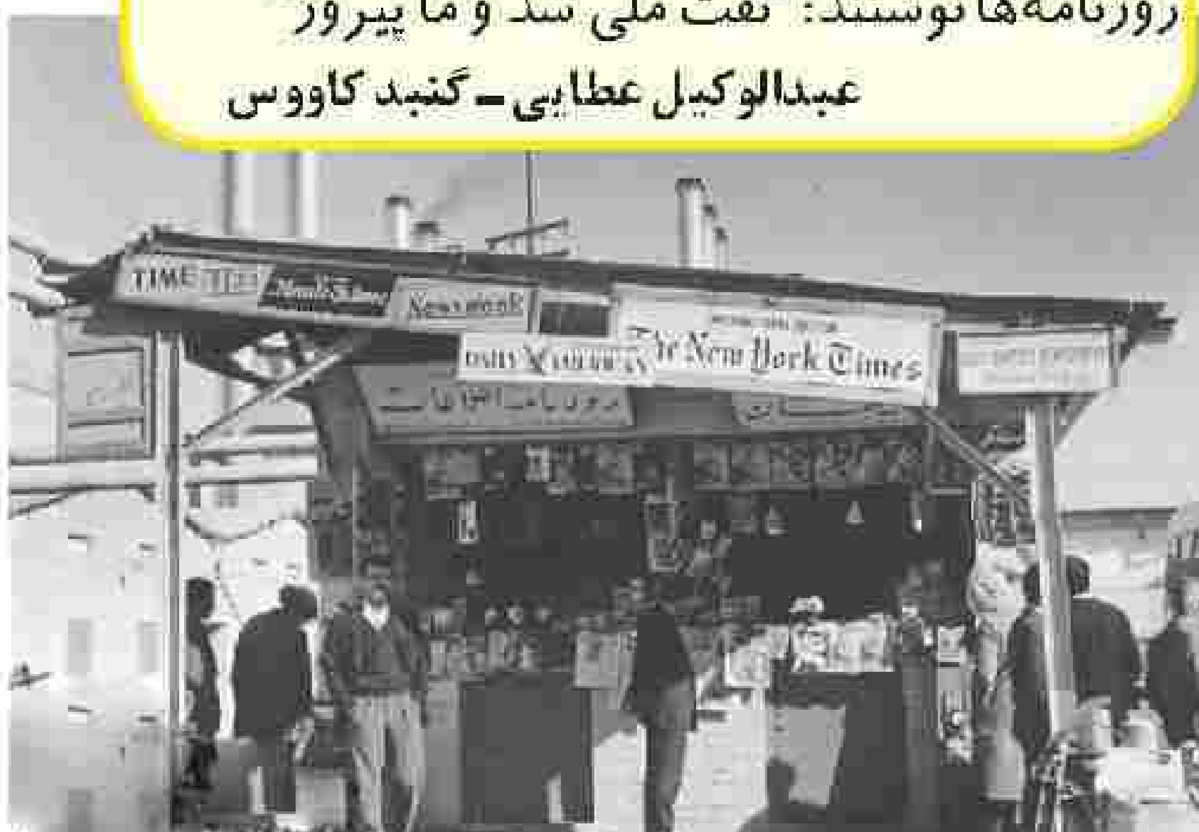
نکته‌ای که از هر نکته‌ای بدتر است جهالت است

● بودا

## نفت ملی شد!

اطراف دکه شلوغ بود. جمعی از آنها کارگران بودند. آفتاب لحظاتی است که نور بی‌انتهایش را، نثار ما کرده بود. گرمی هوا احساس می‌شد. چندی، کشمکش‌ها بر سر ملی شدن نفت ادامه داشت. ولی هنوز پرونده در محاکم بین‌المللی درجریان بود و مردم، انتظار نتیجه آن را می کشیدند. آن روز، طبق روال، من که نوجوانی ۱۲ ساله بودم، جهت گرفتن روزنامه از دکه ابوحمزه، آمده بودم. کارم پخش روزنامه‌های وطنی و خارجی مثل اطلاعات، کیهان، نیویورک تایم و رساندن آنها به مهندسین ایرانی و خارجی شاغل در پالایشگاه آبادان بود. سرانجام روزنامه‌ها نوشتند: "نفت ملی شد و ما پیروز"

**عبدالوکیل عطایی ـ گنبد کاووس**



## گذر

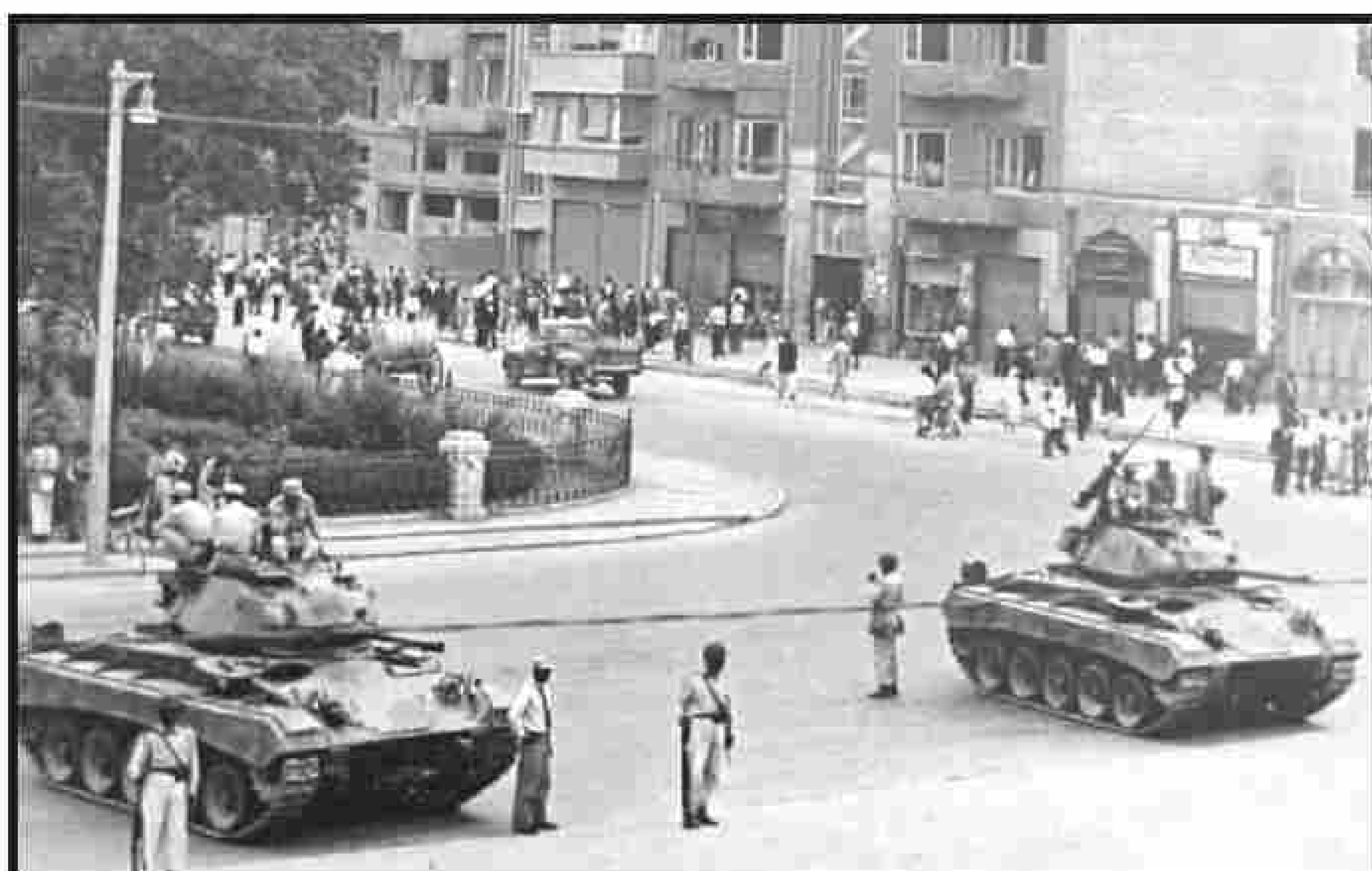
گاهی نگاه کردن به تصاویر برای ما با یک دنیا مفهوم همراه است و گاه این مفهومها آنچنان عمیق هستند که بر آینده ما هم تاثیر می گذارند. مجموعه تصاویر پیش روی شما از کانال دنیای قدیم به این امید تقدیم شما می شود.

# لوازم التحریر بطور سلف سرویس در طبقه ششم

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| ۱- مداد H-P پاکن دار چینی | ۳ | ریال | ۹- سرویس جعبه پرگار ایتالیائی | ۶۰ | ریال |
| ۲- خودکار بیک M-C شاسی دار | ۸ | // | ۱۰- کلاسور چهارحلقه بزرگ ساده | ۷۰ | // |
| ۳- مداد رنگی (لیرا) ۱۲ رنگ | ۱۸ | // | ۱۱- کلاسور چهارحلقه بزرگ شاسی دار | ۸۰ | // |
| ۴- دفتر ۱۰۰ برگی جلد پلاستیکی | ۱۸ | // | ۱۲- کیف کودکستانی و دبستانی برزنتی | ۸۰ | // |
| ۵- کیف جامدادی گلدار- ساده | ۲۰ | // | ۱۳- کیف جیمزباند چرم آلمانی متوسط | ۲۸۰ | // |
| ۶- خودنویس اپتمات طرح پارکر | ۲۰ | // | ۱۴- کیف ابری چین دار قفل آلمانی ۲۴ سانتی | ۳۰۰ | // |
| ۷- مداد ۱۲ رنگی چینی بلند | ۲۸ | // | ۱۵- کیف مدرسه دخترانه لب دوختی متوسط | ۴۲۰ | // |
| ۸- ماژیک ۶ رنگ طلقی | ۳۵ | // | ۱۶- کیف جمزباندی سامسونت دوختی بزرگ | ۱۱۵۰ | // |

# انواع روپوش دبستان و دبیرستان در طبقه دوم

قیمت لوازم التحریر در سال ۵۲



تانکهای (M-۲۴) در ۲۸ مرداد ۳۲ - خیابانهای تهران



غلامعلی میرزا عزیزالسلطان سردار محترم (ملیجک)



ارتش شاهنشاهی و پیوستن به انقلاب - بهمن ۵۷



استاد بنان



سهراب سپهری در سفر ژاپن



گاراژ اتوبوسها در تهران - دهه سی



عکس هوایی تهران که در اواخر سلطنت احمد شاه قاجار توسط بالن گرفته شده است

# زندگی راه میان بر ندارد

کیانا نصرت زاده

**زندگی راه میان‌بر ندارد... این جمله‌ای بود که آقای صداقتی معلم تاریخ کلاس سوم دبیرستانم به من گفت.**

روزهای آخر سال بود. آن موقع‌ها دم عید، همه مشغول دادن امتحانات ثلث دوم بودند. آقای صداقتی مرا پژمرده و بی‌حوصله کنار تک درخت چنار حیاط مدرسه دید. دستش را روی شانه‌ام گذاشت و گفت:"در چه حالی حبیب؟"

گفتم امتحان شیمی را خراب کردم فکر می کنم تجدید شوم... خیلی دلم می‌خواست تابستان سال بعد تجدیدی نداشته باشم تا بتوانم با خیال راحت توی کوچه با بچه‌ها فوتبال بازی کنم و صبح‌ها هم در تعمیرگاه اصغر پسر خاله‌ام بیلکم.

آقای صداقتی کنارم نشست. گفت هنوز فرصت هست. ثلث سوم می توانم جبران کنم... بعد سر صحبت باز شد. بچه‌ها یکی یکی از جلسه امتحان بیرون می‌آمدند و به جمع ما می‌پیوستند. آقای صداقتی خیلی خوش صحبت بود. درد دل بچه‌ها باز شده بود. همه از یک طبقه فقیر جامعه بودیم. می‌دانستیم برای آینده راه زیادی برای انتخاب نداریم. یا کارگری بود یا اعتیاد و یا بیکاری و یا هر سه آنها با هم. توی محله‌های ما کمتر اتفاق می‌افتاد کسی سر از دانشگاه در بیاورد و یا آب و نان خوبی برای خانواده‌اش تامین کند. راه خلاف همیشه بیخ گوشمان بود که تک تک ما را وسوسه می کرد تا سریع خودمان را از آن محله و آن فقر خلاص کنیم... گفتم: "پدرم شکم ما هفت تا بچه را به زور سیر می کند. دخترها را زود شوهر می‌دهد و پسرها راهم می‌اندازد توی کوچه تا خودشان یک لقمه نان در بیاورند..."

صحبت از بابای پولدار شد... صحبت از شانس و اقبال بود و این که باید منتظر یک فرصت طلایی بود... آقای صداقتی به حرف‌هایمان گوش داد و دست آخر گفت: زندگی راه میانبر ندارد... اگر به کژراهه بزنی تهش بن بست است. حالا نه چند سال دیگر حتی شاید توی پیری بدجور به دیوار بخورید و گرفتار شوید... راه راست شاید طولانی باشد ولی شما را با اطمینان به مقصد می رساند.

آن روز شاید این حرف‌ها فقط به دل و جان من رسوخ کرد و آنچنان مرا به فکر وا داشت که انگار از همان روز من آدم دیگری شدم. تابستان آن سال دیگر نمی‌رفتم توی تعمیرگاه اصغر بیلکم... کار می کردم. بی‌مزد و مواجب اما کار یاد می گرفتم... بدون تجدید قبول شده بودم و می‌دانستم سال بعد می‌توانم به همین راحتی دیپلمم را بگیرم و خدا را چه دیدی شاید دانشگاه هم رفتم.

آن سال تمام تابستان به آینده‌ام فکر می کردم. به حرف‌های آقای صداقتی که برای هر روزمان باید یک برنامه داشته باشیم. اگر یک روز به بطالت بگذرد یک فرصت را از دست داده‌ایم.

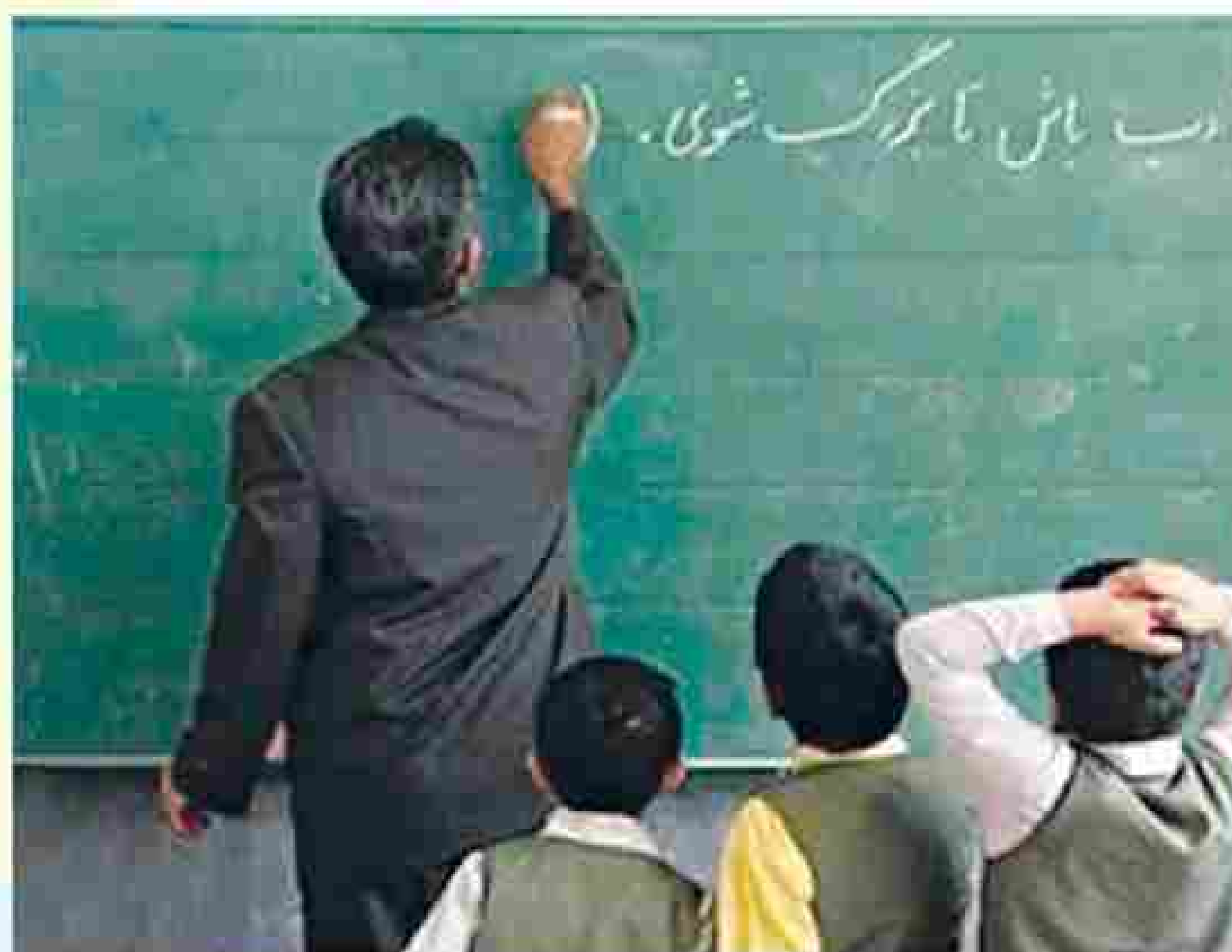
انگار وقتی آدم به یک چیز خیلی فکر می کند راه‌هایی هم برایش باز می‌شود. یک روز یک آقایی ماشینش را برای تعمیر آورده بود. وقتی خواست برود صدایش زدم و گفتم کتاب‌هایی که پشت صندلی‌تان هست را نمی‌برید؟

نگاهی کرد و با یک خنده معناداری گفت نه... کتاب‌های کنکور دخترم است. امسال قبول شده دیگه بهش احتیاجی ندارم... گفتم میشه من از آنها استفاده کنم؟ قبول کرد و رفت.

از همان شب آن پنج شش کتاب شد تنها دارایی من برای آینده‌ام... خط به خطش را می‌خواندم. یکی از معلم‌ها بهم گفته بود این کتاب‌ها مال یک موسسه کنکور است که اتفاقاً ثبت‌نام در آن برای ما ممکن نبود چون هزینه‌اش بالا بود... حالا بی‌دردسر به دست من رسیده بود.

آن سال سخت درس خواندم. باورتان نمی‌شود مثل خوره افتاده بودم روی کتاب‌ها و بالاخره هم در رشته زیست شناسی قبول شدم. نمی دانستم با این رشته باید چیکار کنم ولی حداقل دانشگاه رفتن برایم در حد یک آرزو باقی نماند. با کار کردن در تعمیرگاه، خرج تحصیلم را در می‌آوردم. من آدم دیگری شده بودم... دوستان دیگری پیدا کرده بودم و داشتم دنیای جدیدی را کشف می کردم... برادر بزرگم افتاده بود توی کار قاچاق... برادر کوچکم ترک تحصیل کرده بود. خواهرم با یک شوهر معتاد زندگی می کرد و من تنها کسی بودم که بی‌صدا داشتم راهم را درست می‌رفتم.

از دانشگاه که فارغ‌التحصیل شدم رفتم سربازی... چون توی کار تعمیر ماشین خبره بودم همه افسرها از من خوششان می‌آمد و در کارگاه ارتش مشغول به کار شدم. بعد که می‌خواستم ترخیص شوم بهم پیشنهاد دادند توی ارتش بمانم و همان جا استخدام شوم... قبول کردم. مثل یک رویا بود... مرا به شهرهای دور منتقل کردند. ازدواج کردم و یک ارتشی متعهد شدم.

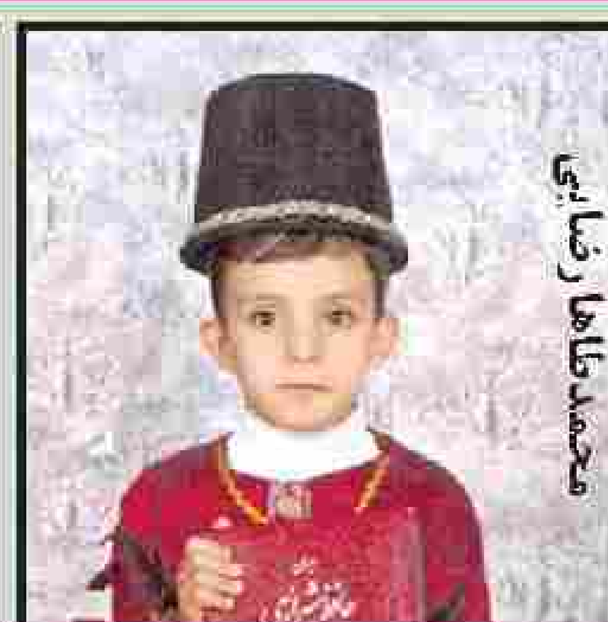



حالا بیش از ۲۵ سال از روزی که به سربازی رفتم می گذرد... کم کم بازنشسته خواهم شد. حالا یک کارمند صالح و درست هستم و یک خانواده دارم که آبرومندانه زندگی می کنند. پولدار نشدم... یک شبه ره صد ساله را نرفتم ولی راهم را درست رفتم و همیشه فکرمی کنم چقدر حرف آقای صداقتی درست بود و من چقدر خوش شانس بودم که به نصیحت او عمل کردم.

**این مهر است که مهربانی را جلب می کند**

●ریوولد

## شکوفه‌های زندگی


محمدطاها رضایی


امیرعلی رضایی


ریحانه مهدی زاده

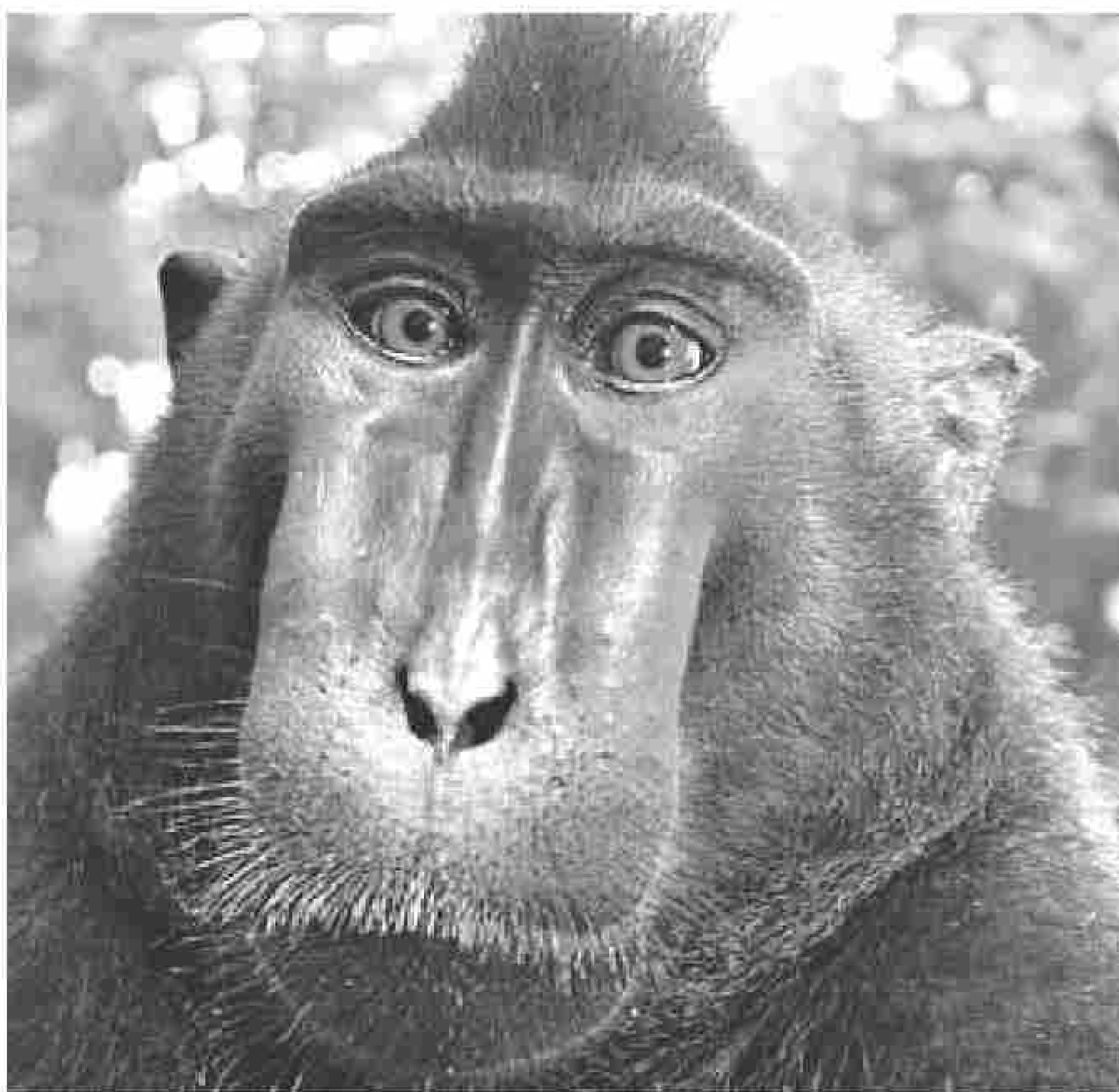

طاها مهدی زاده


باران عالمی

# بچه بوزینه ناقلا

مصطفی گلیاری

من یک بوزینه پاکستانی هستم که آن پشت مشتهای یکی از تفریحگاههای تهران روی درخت افرای زردنبویی زندگی می کنم. از وقتی که یادم می آید زنجیر کلفتی به گردنم بسته‌اند و با اینکه در جای خوش آب و هوایی زندگی می کنم، الکی الکی تنگی نفس گرفته‌ام. نترسید. مال کرونا نیست. در کتب «بوزینه المعانی فی امراض الپنهانی» نوشته شده ماها کرونا نمی گیریم. ضمنا من هنوز بچه هستم ولی اینطور نیست که هرّ را از برّ تشخیص ندهم و به قول شما عنترها گاگول باشم. قبل از کرونا هفته‌ای دو سه بار این تفریحگاه پر از آدم‌هایی میشد که روم به دیوار، معتقدند از نژاد ما هستند. می‌بینید این آدمها را؟ بیخود و بی‌جهت نژاد خودشان را به جد ما، میمون درختی می‌بندند تا کارهای غیر عادی خودشان را توجیه کنند! بگذارید کمی از خاطراتم را تعریف کنم تا بدانید ما بوزینه‌ها هیچ ربطی به نژاد آدمیزاد نداریم. روزی که تازه به اینجا آمده بودم، جوانی و دختری آمدند نزدیکم. آن جوان تکه‌ای استخوان به طرف من گرفت. من هاج و واج و ماج به دختر نگاه کردم. خواستم به آن پسر بگویم مرد حسابی مگه من سگم که برام استخون آوردی؟ ولی متانت بوزینگی خودم را حفظ کردم و در خاموشی عنترفانی عمیقی فرو رفتم و به دوست آن جوان خیره شدم. جوان دستش را جلوتر آورد و گفت: بخور! جوجه کبابه! باز هم هیچ نگفتم. آخر من بوزینه به آدمی که فرق استخوان و جوجه کباب را نمی‌فهمد، چه بگویم؟ دختر به پسرک گفت: بیا عقب گازت می گیره‌ها! حالا دیگر مطمئن شدم که مرا با سگ اشتباه گرفته‌اند. چند بار بالا پایین پریدم تا خوب مرا ببینند و مخصوصاً آن دختر بداند «من از قبیله مجنون، تو از قبیله لیلی». اما هر دو خندیدند. پسرک نه آورد و نه برداشت و گفت: جای دوست کجاس؟ جای دشمن کجاس؟ مرا می گویید؟ به‌قدری خشمگین شدم که هر چه در کوچه پسکوچه‌های جنگلهای پاکستان یاد گرفته بودم، نثارشان کردم. آنها کمی دیگر خندیدند بعد نگاهی به این طرف و آن طرف انداختند و چون هیچ آدمیزادی ندیدند، از من بوزینه شرم نکردند و جلو چشمم دست به کاری زدند که از بس زشت است، خجالت می کشم آن را به شما بگویم اما اگر نگویم، ممکن است فکرتان هزار راه برود و پای منکرات وسط بیاید. آنوقت: ای وای بر اسیری کز یاد رفته باشد... آن از خدا بی‌خبرها که فکر می کردند من بوزینه‌ام و هیچی حالیم نیست، روی تنه یکی از درختها با چاقو عکس پنج وارونه کشیدند و درخت بیچاره را زخم و زیلی کردند. به قول یکی از اجداد ما: رو درخت با نوک خنجر



زنده باد درخت نوشتیم! پس از اینکه احساساتم را جریحه‌دار کردند، به آن دختر نگاه کردم و آرزو کردم که کاش خداوند نسل آقا پسرها را از روی زمین بردارد. قبلا گفته بودم که گاگول نیستم و یک چیزهایی حالیم می‌شود.

یک روز روی درختم نشسته بودم. دو تا شاخ شمشاد آمدند. دلم برای آنها سوخت زیرا مثل من زنجیر کلفتی به گردن داشتند. ابروی هر دو جای شکستگی داشت. روی بازویشان جای بریدگی بود. گمان کنم پلنگی، ببری چیزی به آنها پنجول کشیده بود. موهایی ژولیده و شکسته، شلواری پاره و کفشهایی که سه نمره از پای خودشان بزرگتر بود، پوشیده بودند. دلم برای آنها سوخت و گفتم: خدا شما رو پیشمرگم کنه چرا شماها رو به زنجیر کشیدن و پاره‌پوره تنتون کردن؟ ولی آنها مثل همه آدمها زبان نفهم بودند و از حرفم چیزی درک نکردند. هی به این طرف آن طرف نگاه می‌انداختند بعد وارد یکی از آلاچیق‌های خالی شدند و به من گفتند: میمون جون حواست به دوست و دشمن باشه. اگه دشمن اومد، خبرمون کن! بعدش زیر چیزی شیشه‌ای که شبیه چپق صاحب قبلی من بود، آتش روشن کردند و لوله آن چیز را مکیدند. حس کردم این طفلکی‌ها را هم مثل من در دوران شیرخوارگی از مادرشان جدا کرده و عقده خودشیر کم‌مکیدن گرفته‌اند به همین دلیل است از سیگار گرفته تا چیزی به اسم راج کاپور یا شاید هم وافور میک می‌زنند. آن دو جوان مادرمرده مدتی انواع لوله‌ها را مکیدند و خوش و خرم شدند و رفتند.

یادم نمی‌رود شبی را که هلال ماه به دور یک چیزهایی مثل قدح اشاره میکرد و من بوزینه روی درختم نشسته بودم و داشتم تفکراتی می‌فلسفیدم. آقایی را دیدم که به طرف درختم آمد و نگاهی به این ور و آن ورش انداخت و به بچه‌بوزینگی من رحم نکرد و جلو من کاری کرد که بوزینه از شرم آب می‌شود و به زمین می‌رود اما این آدمها به‌راستی که موجودات عجیبی هستند. شرم را خورده‌اند و یک قُلپ هم جوشانده خجالت روش. بگذارید بگویم آن آقا که پوستی از کت و شلوار فاستونی تنش بود و بوی عطر قلّه‌ای متروهای تهران را میداد، اسباب‌بازی خودش را به دست گرفت و چند شماره را فشار داد. عکس یک مادرفولاد زره روی اسباب‌بازی نمایان شد و آن آقا آهسته گفت: عزیزم چرا هی زنگ میزنی؟ من که گفته بودم جلسه دارم. چی؟ شام؟ نه عزیزم من هنوز ناهاری رو که گذاشته بودی تو کیفم، نخوردم. آره... تو رو از همه بیشتر دوس دارم. حالا دیگه به من زنگ نزن تا جلسه‌ام تموم شه... آن آقا شرم را بیش از پیش زیر پایش لگدمال کرد و غذایی را که حرفش را زده بود، از کیفش درآورد و دنبال سطل آشغال گشت اما چون پیدایش نکرد، آن را جلو درخت من ریخت و گفت: بیا میمون

**قبل از کرونا هفته‌ای دو سه بار این تفریحگاه پر از آدمهایی میشد که رو به دیوار، معتقدند از نژاد ما هستند. میبینید این آدمها را؟ بیخود و بیجهت نژاد خودشان را به جد ما، میمون درختی میبندند تا کارهای غیر عادی خودشان را توجیه کنند.**

بدقواره! بیا دستپخت زن آقای مدیر کل رو بخور و بگو تهرون بدجاییه! خواستم به آن مرد ک شکم گنده و خپل و پر پشم چیزی بگویم ولی به یک بیت از میمون ثانی، عنترالدوله میل گرد قناعت کردم که میفرماید:

**چو اندام پر از پشم تو بینم**

**به یاد آید حدیث داروینم**

مرد ک نمی‌دانم بعدش چه کرد که صدای شرشر آب و بوی آمونیاک آمد. صدای فریاد وامصیبتای گربه‌ای که همسایه من بود، حواسم را از آن آقا سمت گربه معطوف کرد. دیدم به دلیل خوردن دستپخت آن خانم، یکی از دندانهایش شکسته بود و حس می کرد یک قورباغه در شکمش جست و خیز می کند. بوزینه مات و متحیر می‌ماند که به این آدمیزاد چه بگوید.

یکی از خاطرات هیجان انگیزم مال روزی است که دختربچه بزرگسالی پس از دیدن من، پایش را در یک جفت کفش پاشنه بلند کرد که الا و بلّا من این بوزینه رو میخام! بنابراین زنجیرم را پاره کرد و مرا در ساک گذاشت و با خودش برد. بین راه سوار مترو شد. از تماشای عجایب آدمیزاد شگفت‌زده شدم. زیپ ساک را کمی باز کرده بودم و برای خودم تماشا می کردم. قطار به ایستگاه رسید و ایستاد. درهای واگن باز شد و گروهی به سوی بیرون و گروهی به داخل هجوم آوردند. کسانیکه داخل شده بودند، به طرف دو سه تا صندلی که خالی شده بود، جهیدند و برای به دست آوردن صندلی با هم رقابت کردند. یاد قبیله گاوها افتادم که برای گذشتن از گذرگاهی کم‌عرض، با هم رقابت می کنند و بیخیال کسانی هستند که زیر پا له می‌شوند. موضوع دیگری که توجهم را جلب کرد، دختر گدای نوجوانی بود که نوزاد چند ماهه‌ای بغلش بود و با صدایی حزین از دیگران می‌خواست کمکش کنند. مردم هم کاغذهای خود را که بوی چرک دست می‌داد، در کیسه‌ای که گردن گدا بود، می‌انداختند. دلم برای آن دختر سوخت زیرا مردم نه‌تنها کمکش نمی کردند، با او مثل سطل زباله رفتار می کردند و در کیسه‌اش کاغذ می‌ریختند. خواستم از ساک بیرون بیایم و به آن دختر گدا کمک کنم و بچه را برایش نگه‌دارم ولی چشمتان روز بد نبیند! ناگهان قطار به هم ریخت و مسافرها جیغ کشان به طرف واگنهای دیگر هجوم بردند. تا چشم به هم بزنم، مأمورهای آتشنشانی دوره‌ام کردند و مرا در قفس انداختند. دختربچه‌ای که مرا سرقت کرده بود، خواست نجاتم بدهد تا با او بروم حتی گفت نه مهریه می‌خواهد نه نفقه و نه هیچی فقط می‌خواهد سایه ام روی سرش باشد. من که بچه بوزینه‌ای هستم که چیزهایی حالیم هست و از بوی ترش خوشم نمی آید، پریدم بغل مأمور آتشنشانی و به او جواب نه دادم. این نه گفتن از آن کارهایی است که برای آدمیزادها بسی دشوار است.

فردای آن روز عکسم را در تلویزیون نشان دادند که یک میمون درنده همقد گوریل انگوری در مترو به مسافران بیگناه حمله کرد و همه را ترساند. برای این که عکسم را در حال نعره کشیدن نشان بدهند، یک سیخ به پایم فرو کردند و همین که از درد نعره کشیدم، عکسم را انداختند و به بینندگان گرامی نشان دادند. من از سازمان دفاع از حقوق بوزینگان خواستم برایم وکیل بگیرند ولی خندیدند و گفتند: وکیل؟ بوزینه زنده وکیل وصی نمی خواهد. ولی خدا خیرشان بدهد چون مرا دوباره به صاحبم فروختند و برگشتم روی درخت افرای زردنبوی خودم.

نخستین شبی که از دست آن دختربچه بزرگسال خلاص شدم، دو دختر خانم به درختم نزدیک شدند. هر دوشان بسی بلغمی مزاج تشریف داشتند و می گفتند: زندگی کوره رهی تاریکه. آخ سرم! آخ کمرم! آخ کلیه‌ام! آخ معده‌ام! آه چه هوای بدی! وای که همه چقد سروصدا می کنن! چرا کسی نیس که بگه آهای خوشگله! به دست آوردنت چه مشکله! بعد از نالیدن‌های بسیار یکی‌شان گفت «بهتره کارمونو انجام بدیم. فکر نکنم میمونی از این زشت‌تر پیدا کنیم.» و فهمیدم طبق قانون هر میمونی زشت‌تره اداش بیشتره، آمده بودند مرا اسیر کنند و با من کباب بپزند و بخورند تا جذاب شوند. داد کشیدم سرشان آخه بزمجه‌ها با این همه ناله و غری که دارین چرا انتظار دارین جذاب باشین و کسی شما را بخواهد؟ ولی نفهمیدند. صبر کردم تا زنجیرم را باز کنند. یکهو گریختم ولی دو کوچه آن‌طرف‌تر یک عده آدم که لباس فضایی پوشیده بودند، مرا گرفتند و یک‌راست بردند به یک سازمان فضایی. حالا قرار است مرا به فضا پرتاب کنند. من نمی‌فهمم که اینهایی که پول ندارند و شلوار پاره می‌پوشند چرا این همه خرج کرده‌اند تا من بوزینه را بفرستند فضا؟!

## افسانه رادار گریز بودن باطل شد

یک شرکت تخصصی تولید رادار در آلمان می‌گوید که دو فروند جنگنده اف ۳۵ را با استفاده از نسل جدید رادارهای خود از فاصله ۱۵۰ کیلومتری ردیابی کرده است. در حالی که شرکت تسلیحاتی آمریکایی "لاکهید مارتین" برای تبلیغ جنگنده نسل جدید خود یعنی "اف-۳۵" روی قابلیت رادار گریز و مخفی‌کار بودن آن تمرکز کرده است، اما خبر می‌رسد که این رادارهای جدید آلمانی توانسته‌اند این پرنده‌ها را شناسایی و رهگیری کنند.

نشریه تخصصی "ژورنال جنگ‌افزارهای شبکه‌محور" گزارش داد که شرکت آلمانی "هنسلدت" که به طور ویژه روی ساخت و توسعه شبکه‌های راداری فعالیت می کند، در آوریل سال گذشته توانسته دو فروند جنگنده اف-۳۵ را ردیابی کند که در حال پرواز در نمایشگاه هوایی برلین ۲۰۱۸ بودند. شبکه جدید رادار غیرفعال این شرکت "توئین‌ویس" (TwInvis) نام دارد که توانسته بود این جنگنده‌ها را از فاصله ۱۵۰ کیلومتری شناسایی کند و بخشی از حسگرها و پردازشگرهای نسل جدید است.

شرکت سازنده این رادار شعار "شناساگر ساکتِ اشیاء ساکت" را برای توئین‌ویس انتخاب کرده و در توضیحات آن نوشته است: "این یک رادار غیرفعال است که بُعد جدیدی را به دنیای نظارت و آگاهی موقعیتی اضافه کرده است... این رادار را نمی‌توان مکان‌یابی کرد زیرا هیچ انرژی گسیل نمی کند و برای ردیابی اهداف نیازی به آن ندارد".

این فناوری می‌تواند در برابر طراحی جنگنده‌های رادارگریز مؤثر باشد... رادارهای غیرفعال به دلیل اینکه از خود امواج ساطع نمی کنند، مخفی هستند و خلبان زمانی که به محوطه تحت پوشش آنها وارد می‌شود، متوجه ردیابی شدن نمی‌شوند". در حالی که این گزارش از ردیابی جنگنده‌های آمریکایی در فاصله‌ای بیش از یک سال از زمان وقوع رخ می‌دهد اما سخنگوی برنامه تولید مشترک اف-۳۵ می گوید که از ادعای شرکت هنسلدت یا آسیب‌پذیری این جنگنده‌ها در برابر رادارهای غیرفعال خبر ندارد.



تنها معنای زندگی، معنایی است که انسان، با شکوفا ساختن نیروهای نهفته در درونش، به زندگی می دهد
● اریک فروم

رازهای میلیونرشدن اثر برایان تریسی

# کاری را که دوست داری انجام بده

با روانشناسان

محمدرضا مبارکی (یکتا)



**این متن چکیده‌ای از سخنرانی برایان تریسی در همایش زندگی بهتر (better life) در جمع بازاریان برتر امریکا می‌باشد. امیدوارم مفید واقع شود.**

دوستان عزیز برای شروع کار این سوالات را از خود بپرسید: انسانهای موفق از کجا شروع کردند؟ چه کاری انجام دادند؟ چگونه فکر کردند؟ از کجا شروع به تصمیم گیری کردند که آنها را از مردم عادی جدا کرد؟... اگر واقعا می‌خواهید میلیونر شوید باید کاملا به یک انسان متفاوت تبدیل شوید. با انجام این موارد شما به یک میلیونر خود ساخته مبدل می‌شوید.

**۱- تمامی مهارتهای کسب و کار وخرید وفروش رایاد بگیرید وهمین الان یک مهارت رابرای دو برابر کردن درآمدتان کسب کنید.**

برای رسیدن به رویا باید رویای بزرگ داشته باشید. ایده آل‌سازی راتمرین کنید آنچه از آینده را می‌بینید واینکه روبه پیشرفت هستید مثلا (زندگیتان در ۵سال آینده چگونه است؟) در اینجا تمرینی را به شما یاد می‌دهم (یک لیست از رویا هایتان بنویسید بعد ذهنتان به هرجا که می‌خواهد برود وآنرا بنویسید.) با این کار قانون جذب را فعال کرده وتمام آنچه که شما را به سمت اهدافتان می‌برد به زندگی خود جذب می کنید.

**۲- کاری را انجام بدهید که دوست داریدانجام بدهید.**

بزرگترین موفقیت در زندگی این است که کاری را انجام بدهید که واقعا دوستش دارید و سپس راهی رابرای انجام دادن آن کار در زندگیتان پیدا کنید. زمانی که کاری را که دوست دارید، پیدا کردید، همانند چیزی که به شما انرژی می دهد به شما انگیزه داده وشما راسرزنده نگه می دارد. اگر از میلیونرهای خودساخته بپرسید چه کاری می کنند؟ (می گویند: هر روز زندگی ام کاری را که دوست دارم می‌کنم)

**۳- متعهدبودن به بهترینها** همه افراد موفق درهر کاری که انجام می‌دهند عالی هستند. ۱۰ درصد بهترینها جایی هستند که پول هست بنابراین شما هم باید کاری بکنید که وارد ۱۰ درصد بهترینهای حوزه خودتان شوید. اگر درهر کاری که انجام می‌دهید عالی نباشید، به این معنی است که اشتباهی وارد آن شدید و وقت خود راهدر می‌دهید. حالا موفقیت چقدر طول می‌کشد؟ برای رسیدن به موفقیت در حوزه خودتان ۵ تا۷سال زمان نیاز دارید. تنها سوال این است که می‌خواهی بهترین حوزه خودت باشی یااینکه می‌خواهی همان ۹۰ درصد متوسط باشی. وقتی با کاری که انجام می‌دهی رابطه خوبی داری، می‌توانی هردری راباز کنی واین مهمترین قسمت موفقیت است.

**۴- توانائیهـا واسـتعداد آن را توسـعه بدهید:** درهر کار این سوالات راااز خودتان بپرسید: درچه کاری خوب هستید؟... امروز درچه کاری خوب هستید؟... درچه کاری باید خوب باشید؟ درچه کاری می‌توانید خوب باشید؟... چه کاری را خوب انجام خواهی داد؟... نگاهی به گذشته کرده وببینیم (بیشترین عامل موفقیت ما چه بوده؟ چه چیزی بیشترین تأثیر راداشته؟ چه چیزی بوده که وقتی انجامش دادی بهترین نتیجه را گرفتی؟)

**۵: خودتان رابه عنوان یک کار آفرین ببینید.** یادتان باشد تنها شما مسول زندگی خود هستید پس هیچکس برای نجات شما نمی آید!

**۶: شما باید هدفگرا باشید.** زندگی فعلی شمانتیجه قیمتی است که تاکنون برایش پرداخت کرده‌اید.

**۷: شکست رانپذیرید:** مهمترین عامل شکست ترس از خود شکست است. ترس از شکست شما را عقب نگه می‌دارد نه خود شکست.

**۸: بایدطرز فکر یک آدم پر انرژی را درون خودتان توسعه دهید.**

زندگی مانند یک ماراتن بامیلیونها نفر است باید "سخت تر "بهتر "وهوشمندانه تر" از آنها کار کنید. کمی زودتر ازبقیه شروع کنید کمی سخت‌تر از بقیه کار کنید وکمی شکیبا باشید.

**فرمول ۴۰ پلاس**

۱: ۴۰ساعت درهفته کار کن تا آینده‌ات رابسازی. (متوسط کار با نتیجه عالی ۵۹ساعت درهفته است)

۲: تمام وقت کار کن (وقتی کارمی کنی کار کن، بازی نکن!)

**۹: در اطراف آدمهای موفق باش:** دکتر دیوید مک کولان ازهاروارد طی تحقیقی به مدت ۲۵سال (چرا برخی افراد در زندگیشان بسیار موفق هستند؟) به این نتیجه رسید که ۹۹٪ موفقیت زندگی شما توسط گروه وافرادی که با آنهاهستید تعیین می‌شود. روابط ما ۸۵ درصد از موفقیتها و شکستهایمان را تشکیل می‌دهد به عبارت دیگر اگر روابط بدی داشته باشید آنها شما راپائین می کشند. پس روابط تان را با احتیاط انتخاب کنید.

**۱۰: آماده صعود به اوج قله باشید:** برای تبدیل شدن به یک میلیونرباید بدانید زندگی مانند قطار ادامه دار می‌ماند یعنی همیشه بالا وپائین دارد یعنی اگر به اوج قله رسیدید دوباره برای صعود به قله بعدی باید تلاش کنید و دوباره تا پائین دره بیایید ودوباره صعود کنید بنابراین در تمام روزهای زندگی این چرخه ادامه دارد.

**۱۱: ارتقا انعطاف پذیری وحرکت روبه جلو**

افراد موفق روی راه حل هرمشکلی تمرکز می کنند آنها زمانی که مشکلی ایجاد می‌شود به خود اجازه ناراحتی نمی‌دهند و می گویند (راه حل چیست؟) وسریعا تبدیل به یک راه حل گرا می‌شوند.

یک هدف را شناسائی ودر قالب یک سوال دربالای صفحه اهدافتان بنویسید مثلا: وقتی که می‌خواهید درآمدتان رادوبرابر کنید بنویسید: (چه کارهائی می‌توانم انجام دهم تادر آمدم راتا سال آینده دوبرابر افزایش بدهم؟) یک سوال دقیق وشفاف بپرسید و باید حداقل ۲۰جواب برای آن بنویسید. تا ۵سوال اول بسیار آسان است، بعدش سخت تر میشود ۱۰ پاسخ آخری به طور باورنکردنی مشکل خواهد بود. اما تمام کسانی که این تمرین را انجام داده‌اند پاسخ بیستم زندگی آنهارا تغییر داد.

**۲۳: یک خوش بین باشید:** درمورد چیزهائی که می‌خواهید مثبت صحبت کنید مثبت فکر کنید. افراد موفق دائما ذهن خود را با ایده‌های عالی و دیدگاههای جدید باز می کنند.

**افراد خوش بین سه ویژگی دارند**

۱: چیزهای بیشتر یاد می گیرند.

۲: آنها چیزهای بیشتری را امتحان می کنند و در زمان مناسب اقدامات مناسب تری را انجام می‌دهند.

۳: آنها همچنان ادامه می‌دهند آنها هرگز تسلیم نمی‌شوند البته موانع ومشکلات وشکستهای زیادی خواهند داشت.

**دو ویژگی مهم میلیونرهای خوساخته**

۱: آنها ویژگی استقامت وشجاعت را درون خودشان ارتقا می‌دهند. شما باید دو نوع شجاعت رابرای موفقیت داشته باشید:

۱: **شجاعت:** برای شجاع بودن، افرادموفق درمورد یک نقشه فکرمی کنند و بعد تصمیم می گیرند وبدون هیچ تضمینی عمل می کنند.

۲: شجاعت تحمل شجاعت است. شجاعت استمرار داشتن شجاعت را داشته باشید.

**۲: نظم وانضباط شخصی** (یعنی داشتن توانایی انجام کاری که باید در زمانی که چه مایل باشیم چه نباشیم انجام بدهیم) بنابراین: هرچه بیشتر پافشاری کنید بیشتر خودتان رادوست خواهید داشت هرچه بیشتر خودتان رادوست بدارید انضباط شما بیشتر می‌شود. هرچه درعمل بیشتر نظم داشته باشید نتایج خودتان را بیشتر دوست خواهید داشت.

موفق باشید

# رهایی یک فرمانده



**سخن از جنگ که به میان می‌آید نام نیروهای غیور قزوینی، فرماندهان بزرگی همچون شهید عباس بابایی، شهید حسین لشگری، شهید علی‌اکبر ابوترابی در تاریخ دفاع مقدس می‌درخشد. فرماندهانی که حفظ و آزادسازی بسیاری از مناطق حساس در جنگ تحمیلی به دلیل دلاوری‌های آن‌ها است، یکی از این فرماندهان بزرگ شهید رضا حسن‌پور است.**

رضا حسن‌پور، بیست و سوم آذر ۱۳۳۹ به دنیا آمد. پدرش مسلم و مادرش خاتون نام داشت. در قزوین دوره ابتدایی را با نمرات خوب گذراند. بار زندگی بر دوش پدر و مادرش سنگینی می‌کرد به همین دلیل رضا حس کرد ادامه تحصیل برایش مشکل خواهد بود بنابراین مجبور به ترک تحصیل شد و نتوانست به تحصیل ادامه بدهد.

با شروع نخستین جرقه‌های انقلاب او با شور امید در تمام صحنه‌های انقلاب حضوری مشتاقانه و فعال داشت. رضا حسن‌پور پس از پیروزی انقلاب اسلامی در تهران با کمیته انقلاب اسلامی همکاری می‌کرد و در مبارزه با عوامل ضدانقلاب به فعالیت می‌پرداخت.

حسن‌پور که پیش از شروع جنگ تحمیلی، در منطقه غرب، در حال مبارزه با ضدانقلاب بود با شروع جنگ بلافاصله خود را به پیشتازان مبارزه با دشمن رساند. وی مدتی در گیلان‌غرب و سرپل ذهاب جنگید و به‌عنوان مسئول گروه، رشادت‌های فراوانی از خود نشان داد. پس از آن، مدت ۶ ماه از اوایل سال ۱۳۶۰ به سرپرستی یک گروه ۴۰ نفره از قزوین به منطقه میمک اعزام شد. در طول این مدت، با توان بالای رزمی، در آزادسازی ارتفاعات میمک شرکت و باشهامت تمام در شناسایی منطقه، تا عمق دشمن نفوذ کرد.

حسن‌پور پس از مدتی، برای گذراندن یک دوره آموزش تخصصی به تهران رفت. پس از فراگرفتن آموزش، به جبهه‌های جنوب اعزام شد. وی در عملیات فتح المبین به‌عنوان فرمانده گردان در عملیات شرکت کرد. در این عملیات، از ناحیه سر و پهلو مجروح شد و با همان حالت، به اسارت نیروهای عراقی درآمد. اما پس از کامل شدن حلقه محاصره دشمن، نیروهای عراقی به اسارت رزمندگان درآمدند و رضا هم از چنگ آنان آزاد شد ولی او یک هفته بیشتر در پشت جبهه نماند و هنوز کاملاً سلامتی‌اش را بازنیافته بود که به جبهه بازگشت؛ او این بار با مسئولیت فرمانده گردان در عملیات رمضان حضور یافت و حماسه آفرید. حسن‌پور، به‌عنوان جانشین و قائم‌مقام لشگر در چندین عملیات، ازجمله عملیات والفجر ۳ و ۴ شرکت کرد. حسن‌پور در عملیات خیبر و هنگام هدایت نیروهای لشگر، مجروح شد و پس از یک هفته بستری شدن در بیمارستان، به‌سرعت خودش را به ادامه عملیات رساند.

**شهید رضا حسن‌پور از فرماندهان هشت سال دفاع مقدس و قائم‌مقام لشگر علی‌ابن‌ابی‌طالب (ع) در عملیات خیبر اولین کسی بود که وارد جزیره مجنون شد.**

سرانجام در عملیات خیبر به‌عنوان قائم‌مقام لشگر ۱۷ علی بن ابی‌طالب و روز ۱۴ اسفندماه ۱۳۶۲ در جزیره مجنون براثر اصابت تیر به سرش، به شهادت رسید.

**شهید حسن‌پور از نگاه دوستان**

سردار مهدی صباغ که در عملیات خیبر دوشادوش شهید حسن‌پور شاهد پیروزی رزمندگان اسلام در این عملیات بوده؛ گفت: عملیات خیبر در نیمه‌های راه بود که به دلیل مشکلات نفوذ در دشمن، به بن‌بست رسیده و نه‌تنها رزمندگان، بلکه سردار مهدی زین‌الدین، فرمانده لشکر علی ابن ابیطالب (ع) نیز از ادامه راه ناامید شده بودند، اما سردار رضا حسن‌پور با ابتکار عمل و شجاعت مثال‌زدنی‌اش و با یاران اندک خود موفق به گشودن معبری شدند که راه نفوذ در جزیره مجنون هموار شده و در کمال ناباوری فرماندهان ارشد عملیات، وی به‌عنوان فاتح خیبر وارد جزیره مجنون شد.

سردار حمزه قربانی نیز خاطره‌ای، بارزترین ویژگی شهید حسن‌پور را شجاعت وی دانست و گفت: تازه از جبهه به مرخصی آمده و داخل محوطه عملیات سپاه پاسداران بودیم که خبر آمد برادری توسط منافقین ترور شده‌است، در یک چشم به هم زدن دیدم آقا رضا موتور را روشن کرد، من هم سوار شده و حرکت کردیم.

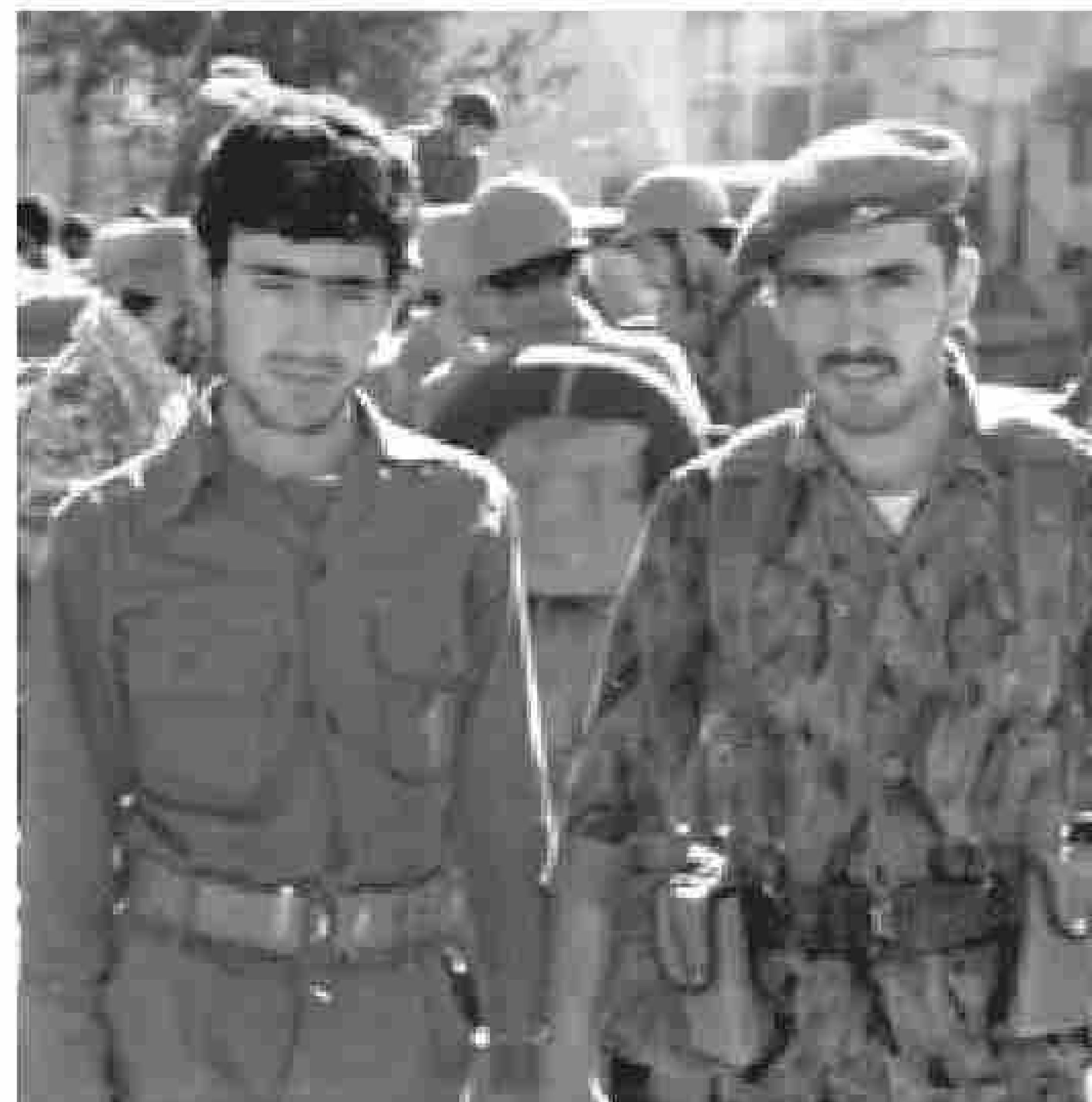
منافقین که برادر بسیجی، شهید حصاری را ترور کرده بودند بر روی موتورسیکلتی در حال فرار بودند که رضا به تعقیب آنها پرداخت، آن‌هم در حالی که آنها به تفنگ و نارنجک مسلح بودند و ما دست‌خالی. به نزدیکی‌هایشان که رسیدیم یکی از سرنشینان موتور پیاده شده و فرار کرد ولی نفر دوم را که هنوز سوار موتور بود بعد از تعقیب و گریز در حوالی خیابان یخچال به دام انداخته و دستگیر کردیم.

سرهنگ هاشم آذربایجانی از رزمندگان دفاع مقدس درباره شهید رضا حسن‌پور گفته است: رضا حسن‌پور اولین فرماندهی بود که وارد جزیره مجنون شد و اگر همت و شجاعت او نبود، عملیات خیبر پیروز نمی‌شد.

**یادش گرامی و راهش پررهرو باد**

هر جا که عشق بزرگی خانه کرده است غم بزرگی نیز مسکن دارد

● آل یحیی



تنها استاد رنگرزی باقی مانده از یک نسل:

# روزگار، بی‌رنگمان کرد



گفتگو از: حمیده اخوان



عکاس: علی عبدی

**رنگرزی گیاهی، سنت هنری کهن است که از دیرباز به قالی و گلیم‌های دستباف هنرمندان مرد و زن جلوه می‌داده اما متأسفانه امروزه این هنر ارزشمند در آستانه فراموشی است و تنها چند گام تا این ماجرا فاصله دارد اما اگر بخواهید از اصالت و قدمت هنر رنگرزی در ایران آگاه شوید ما امروز شما را به راسته رنگرزها می‌بریم تا حال و هوایتان عوض شود، اما همین ابتدا بگوییم که در آنجا این روزها خبری از ریسه‌های رنگارنگ نخ نیست و خامه‌های رنگارنگ و زیبا که روزگاری بر روی طنابی از این سر راسته تا آخر کشیده شده بود؛ امروز خالی از رنگ بود و به نظر می آید این روزها کسی دیگر رغبتی برای ادامه این هنر رنگین کمانی و زیباندارد. اگر چه این راسته روزگاری یکی از راسته‌های شلوغ بازار محسوب می‌شده اما امروز خلوت و سکوتی آزاردهنده دارد.**

**اینطور بود که ما مجبور شدیم کل بازار را به دنبال رنگرزی بگردیم و آخر سر هم با چند تلفن توانستم آدرس هنرمندی را که در این حرفه فعالیت دارد پیدا کنیم تا بتوانم با او در مورد این هنر فراموش شده به گفتگو بنشینیم و...**

**مرتضی نوری تنها رنگرز باقی مانده از یک نسل رنگرزی در دیار بیجار گروس است، شهری که شهرت فرش پولادینش راه کشورهای خارجی مانند آمریکا، هلند، استرالیا و فرانسه را در نوردیده است.**

او می گوید: ۲۵ سال است مشغول رنگرزی هستم، از هشت سالگی به همراه پدرم به این شغل پرداختم و بعد از فوت پدرم به علت علاقه وافری که به این حرفه و صنعت داشتم به تنهایی در کارگاه پدر مشغول انجام این شغل شدم.

**اما در این کارگاه چیز نویی برای دیدن نیست، هر چه هست ابزار قدیمی ست!**

بله، هر چه هست ابزار قدیمی ست و خلق رنگ فقط با شیوه پدران ممکن است و با کمک گرفتن از ۵ دیگ بزرگ کارگاه... این ابزار اصلی برای راه انداختن بزم رنگ‌ها است. یک زمانی این کارگاه مملو از خامه برای رنگ کردن بود و برای اینکه بافنده معطل نماند یک تنه کار می کردند تا رج‌های بافته شده به فرش بیجار تبدیل شود اما حال دیگر بازارش رونقی ندارد.

**از رنگرزی پشم و خامه برایمان بگویید.**

رنگرزی خامه و پشم فرش بیجار، که از مواد اولیه صنعت فرش بافی است به دو صورت انجام می‌شود، رنگهای گیاهی که از قدیم الایام مرسوم بوده و مهمترین آنها زاج سفید و سیاه، رنگهای روناس، نیل، پوست گردو، اسپرک، برگ مو و گردو، سود پرک، سولفات تیره، قره قروت و پوست انار است و البته رنگ‌های شیمیایی هم در طی سالهای اخیر مورد استفاده قرار می گیرد.

**شما هم از رنگ‌های شیمیایی استفاده می‌کنید؟**

نه، من فقط از رنگ‌های گیاهی استفاده می کنم. رنگ جوهری یا شیمیایی قالی را به ورطه سقوط و نابودی می کشاند و این نوع قالی‌ها نه دوام دارد و نه از جلا و درخشش برخوردار هستند در حالیکه رنگ گیاهی علاوه بر اینکه طبیعی بوده و از طبیعت گرفته شده کیفیت بسیار بالایی دارد، به طوری که اگر به درستی از قالی دستبافی که با این کلاف‌ها بافته شده مراقبت شود این فرش‌ها تا ۱۰۰ سال عمر می کنند و رنگ‌های آن زیبایی خود را از دست نمی‌دهند.

**چرا به فکر گسترش کارگاهتان نیفتادید؟**

چند سال قبل تصمیم به ایجاد یک واحد رنگرزی در شهرک صنعتی گرفتیم و حدود شش ماهی مشغول کار شدیم. اما هزینه‌های سرسام آور جانبی موجب تعطیلی آن کارگاه شد و باز هم به جای سابق خود برگشتم.

**فکر می کنید چرا این طور شد؟!**

جایگزین شدن فرش‌های کامپیوتری، ورود رنگ‌های شیمیایی که جای رنگ‌های طبیعی را گرفتند و... یکی پس از دیگری کرکره کارگاه‌های رنگرزی را پایین آورد. با برادرم در همین سرا مغازه داشتم و در آن روزها کسب و کارم رونق بیشتری داشت. علاوه بر اینکه صبح‌های زود در مغازه مشغول بودیم بعد ازظهر ساعت ۳ ظهر می‌آمدیم و تا نه شب فعالیت داشتیم. در طی آن سال‌ها نیز به دلیل اینکه فرش‌های دست بافت زیادی بافته می‌شد، کسانی که فرش می‌بافتند رجوع می کردند تا کار رنگرزی شان را انجام دهم. اما کسادی بازار، تعداد کم بافنده، جایگزین شدن فرش‌های کامپیوتری و ورود رنگ‌های شیمیایی که جای رنگ‌های طبیعی را گرفته‌اند از تهدیدهای مهمی است که صنعت فرش پولادین بیجار گروس را تهدید می کند و نیازمند ورود جدی مسئولان در این راستا است.

**فکر می‌کنید چه چیزی باعث شهرت فرش بیجار شده؟**

فرش آهنین بیجار که نماد تلاش، هنر، سخت کوشی زنان و مردان دیار کهن گروس است به عنوان بهترین و زیباترین فرش دست بافت ایران زمین وحتی جهان شناخته می‌شود. فرش بافان بیجاری با آمیخته کردن هنر و احساس و همکاری چشم و دل و دست سرانگشتان خود آنچنان گره‌های ظریف و دلربا و محکمی بر تار و پود









اگر به درستی از قالی دستبافی که با این کلاف‌ها بافته شده مراقبت شود این فرش‌ها تا ۱۰۰ سال عمر می‌کنند و رنگ‌های آن زیبایی خود را از دست نمی‌دهند

این چله نقش می‌زنند که ظرافت و زیبایی آن واستحکامش موجب شهرت جهانی فرش بیجار شده.از دلایل کیفیت بالای فرش بیجار رنگ ثابت و دوام و کیفیت مرغوب نخ مورد استفاده در آن است که همه اینها به دلیل گیاهی بودن آن و دقت و مهارت افرادی است که نخ را به رنگ‌های مختلف و دلخواه درمی آورند. یکی از هویت‌های نهفته فرش پولاین بیجار گروس هم رنگ‌های طبیعی و زیبای آن است که چشم هم بیننده ای را خیره می کند.هنر رنگرزی هم از زمان قدیم در بیجار مرسوم و مشهور و زبانزد بوده است.

**و حالا بزرگترین مشکل در صنعت فرشبافی بیجار چیست؟**

در گذشته تمامی مصالح و ابزار کار فرشبافی در بیجار اعم از طراحی، نقاشی، چله اندازی یا برپا کردن دار قالی و تهیه خامه و تار و پود و رنگرزی آنها توسط خود اساتید بیجاری انجام می گرفت و خود طراحان از افرادی بودند که بافندگان را از همان ابتدا تا پائین آوردن قالی بافته شده از دار، راهنمایی و کمک می کردند تا این فرش و هنر دست بافنده بیجاری بدون کمترین نقص و خسارت پائین بیاید و به بازار عرضه شود. اما رنگرزی از هنرهای زیبا و تخصصی است،این روزها با صنعتی شدن این هنر و رونق فرش‌های ماشینی، در آستانه فراموشی است.

البته تحریم‌ها هم تاثیر خود را در فرش و صنایع وابسته به آن گذاشته است. افزایش قیمت رنگ‌ها یکی دیگر از مشکلاتی است که ما با آن دست و پنجه نرم می کنیم و گرانی‌ها موجب شده نتوانیم یک سوم خریدهای قبلی را داشته باشیم. رنگ‌های گیاهی با توجه به گرانی‌های موجود در برابر رنگ‌های شیمیایی رنگ باخته‌اند و مانند قبل رونقی ندارند.

**و این یعنی به بن بست خورده اید؟**

به علت نبود بازار فرش، نبود بافنده که به طور خاص فقط به حرفه بافندگی مشغول باشد و گرانی ابزار کار متأسفانه باید تأیید کنم که به بن بست خورده ام، اما با توجه به عشق و علاقه ای که از همان کودکی به این کار داشته ام تا زمانی که بتوانم این کار را ادامه خواهم داد و خیلی علاقه دارم این حرفه را به دیگران آموزش بدهم تا این صنعت چراغش در بیجار خاموش نشود، اما هیچکس تا کنون رغبتی به انجام این کار نداشته و این جای تاسف است.

**از بین پنج فرزندتان هیچکدام به رنگرزی علاقه ندارند؟**

از کودکی به فرزندانم راه و رسم این حرفه را آموزش داده ام، اما هم اکنون دست تنهایم و فرزندانم هم تمایلی به ادامه راه پدر ندارند.

***

دست‌های پینه بسته او که بالرزش همراه است واقعیت‌های زیادی را در خود گنجانده است. خیره به این دست‌ها به حرف‌هایش گوش می‌دهم و دلم از این حرفها می گیرد و با خودم دوباره فکر می کنم که چرا چیزهایی که روزی رونق داشته‌اند و در بطن زندگیمان هنوز جان دارند، آرام آرام به فراموشی سپرده می‌شوند؟

## در حاشیه

قالی پازیریک قدیمی ترین فرش ایران جهان است که در سال‌های ۱۳۲۶ تا ۱۳۲۸ خورشیدی توسط سرگی رودنکو، باستان شناس روسی در دره پازیریک واقع در ابتدای رشته کوه‌های آلتا در محدوده کشور روسیه، در کنار اشیای باستانی مشهوری مانند گلدان چوبی، مومیایی دوید و نقش اسب سواری و آثاری دیگر در گور یخ زده یکی از فرمانروایان سکایی تورانیک کشف شد.

□ هنر رنگرزی در کردستان قدمتی بیش از ۱۵۰ سال دارد و باید سینه به سینه به آیندگان منتقل شود اما...

□ هنر رنگرزی هنر زیبا و در عین حال مشکلی است و در رنگ کردن تار و پودها باید دقت زیادی شود چرا که این رنگ‌ها موجب ارزشمند شدن فرش‌ها خواهند شد.

## ماجرای گارسون و کمال الملک

کمال الملک نقاش چیره دست ایرانی، برای آشنایی با شیوه‌ها و سبکهای نقاشان فرنگی به اروپا سفر کرد. زمانی که در پاریس بود فقر دامانش را گرفت و حتی برای سیر کردن شکمش هم پولی نداشت. یک روز وارد رستورانی شدوسفارش غذا داد، در آنجا رسم بود که افراد متشخص پس از صرف غذا پول غذا را روی میز می گذاشتند و می‌رفتند .اما کمال الملک پولی در بساط نداشت بنابراین پس از صرف غذا از فرصت استفاده و از داخل خورجینی که وسایل نقاشی در آن بود، مدادی برداشت و پس از تمیز کردن کف بشقاب عکس یک اسکناس را روی آن کشید، بشقاب را روی میز گذاشت و از رستوران بیرون آمد، گارسون که اسکناس را داخل بشقاب دید دست برد که آن را بردارد ولی متوجه شد که پولی در کار نیست و تنها یک نقاشی است بلافاصله با عصبانیت دنبال کمال الملک دوید یقه او را گرفت و شروع به داد و فریاد کرد، صاحب رستوران جلوآمد وجریان راپرسید.

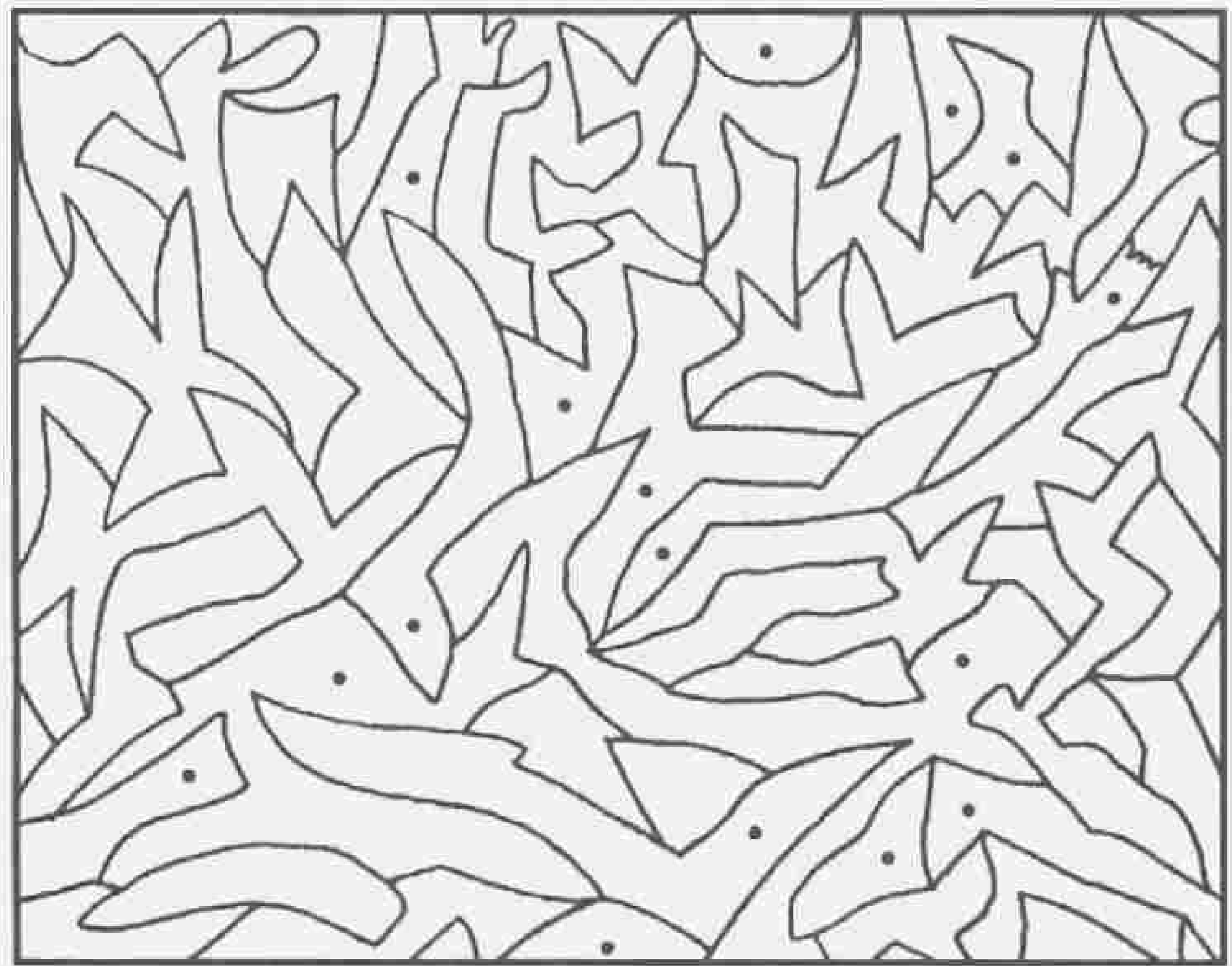
گارسون بشقاب را نشان داد و گفت این مرد شیاد، به جای پول عکس‌اش را داخل بشقاب کشیده ،صاحب رستوران که مردی هنرشناس بود، دست درجیب برد و مبلغی پول به کمال الملک دادو به گارسون گفت، بگذار برود، این بشقاب خیلی بیشتر از یک پرس غذا ارزش دارد، امروزه این بشقاب درموزه لوور پاریس نگهداری می‌شود.



باید به واقعیت‌ها بنگری زیرا که آنها به تو چشم دوخته‌اند ● چرچیل

# با هوش خود کلنجار بروید

محمود صفادار

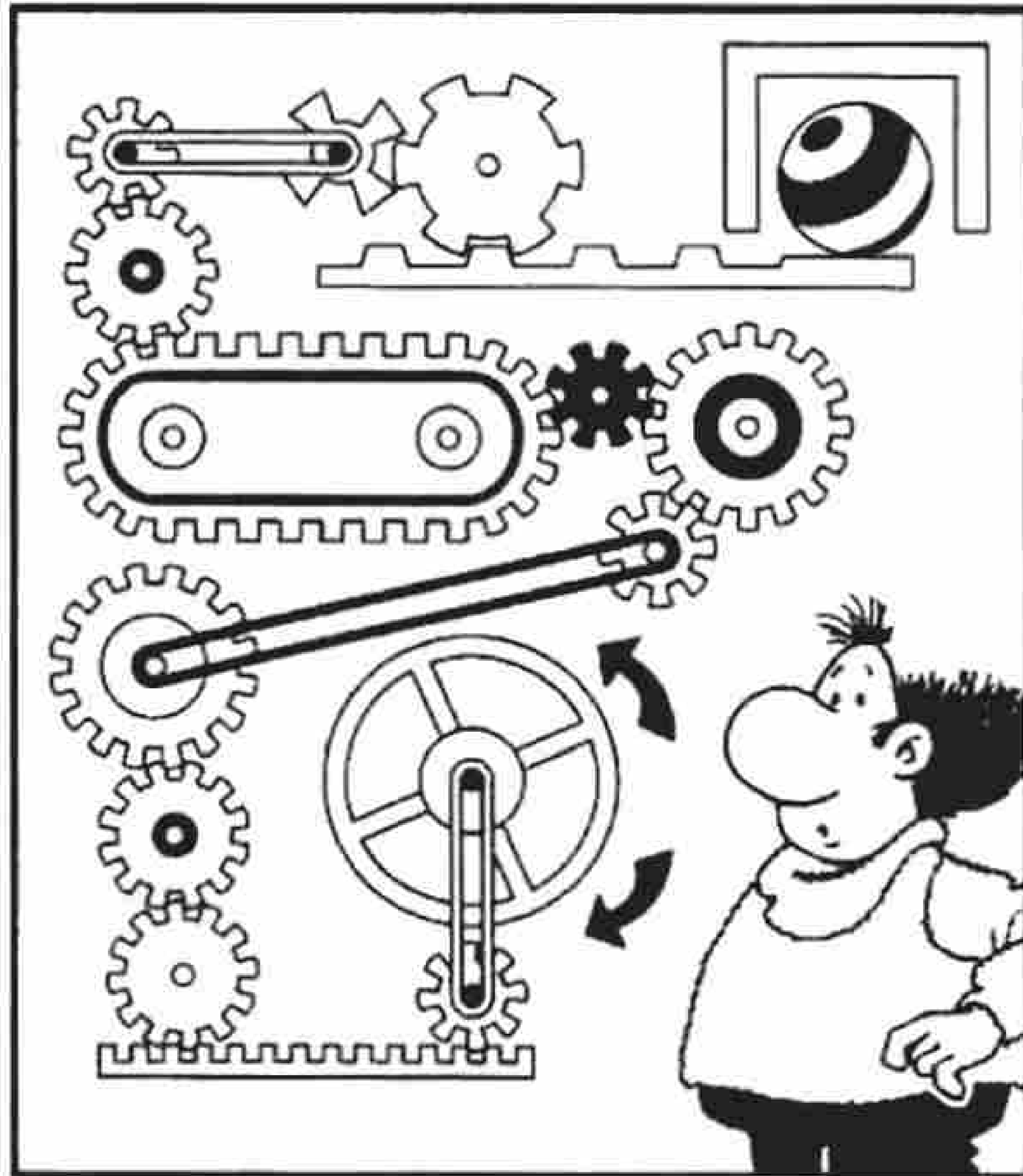


### نقاشی پنهان

در میان این خطوط کج و معوج یک نقاشی زیبا نهفته است. کافی است مداد یا خودکاری برداشته و خانه هایی را که دارای نقطه است رنگ کنید. برای بهتر شدن کار دقت کنید تا هنگام رنگ کردن از خطوط بیرون نروید. پس از پایان کار ناگهان یک نقاشی زیبا مقابل چشمانتان ظاهر می گردد.

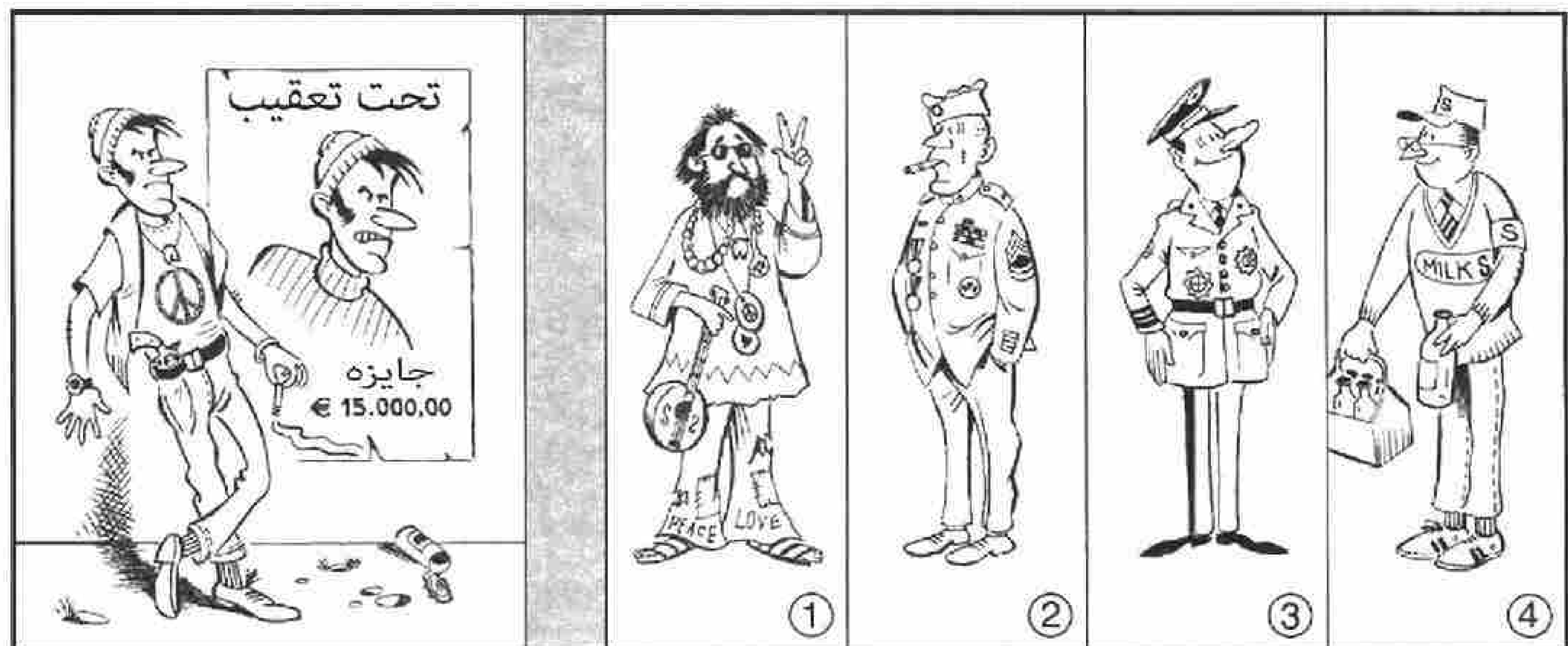
### بالا یا پایین؟

این شخص برای برداشتن توپ خود از جعبه بالای سرش، فقط یک بار فرصت دارد تا چرخ دنده روبروی خود را به طرف بالا یا پایین بچرخاند. منتهی به نظر می رسد کاملا گیج شده و احتیاج به کمک دارد. شما بگویید چرخ دنده می بایست به کدام طرف بچرخد؟



### تغییر قیافه

این سارق مسلح پس از دیدن اعلامیه دستگیری خود بر روی دیوار، چهره خود را ۴ بار عوض می کند تا شناسایی نشود. اما در هر یک از این چهره ها نشانه ای برای مطابقت و دستگیری او وجود دارد. این نشانه ها کدام است؟




### بیست اختلاف در تصویر غذای آماده

در این فست فود فروشی همه کارها به سرعت انجام می شود، اما در میان دو تصویری که از این صحنه تهیه شده و در نگاه اول کاملا یکسان به نظر می رسند، بیست اختلاف وجود دارد.






پاسخها در صفحه ۹۴

## بی شباهت اما شبیه

در اینجا دو تصویر می بینید، در یکی مردی خود را برای نواختن چنگ آماده می کند و در دیگری یک گل بزرگ در گلفروشی شخصی را بلعیده است. با اینکه این دو تصویر هیچ شباهتی با هم ندارند ولی در ۷ مورد با یکدیگر شبیه هستند. آن موارد کدامند؟

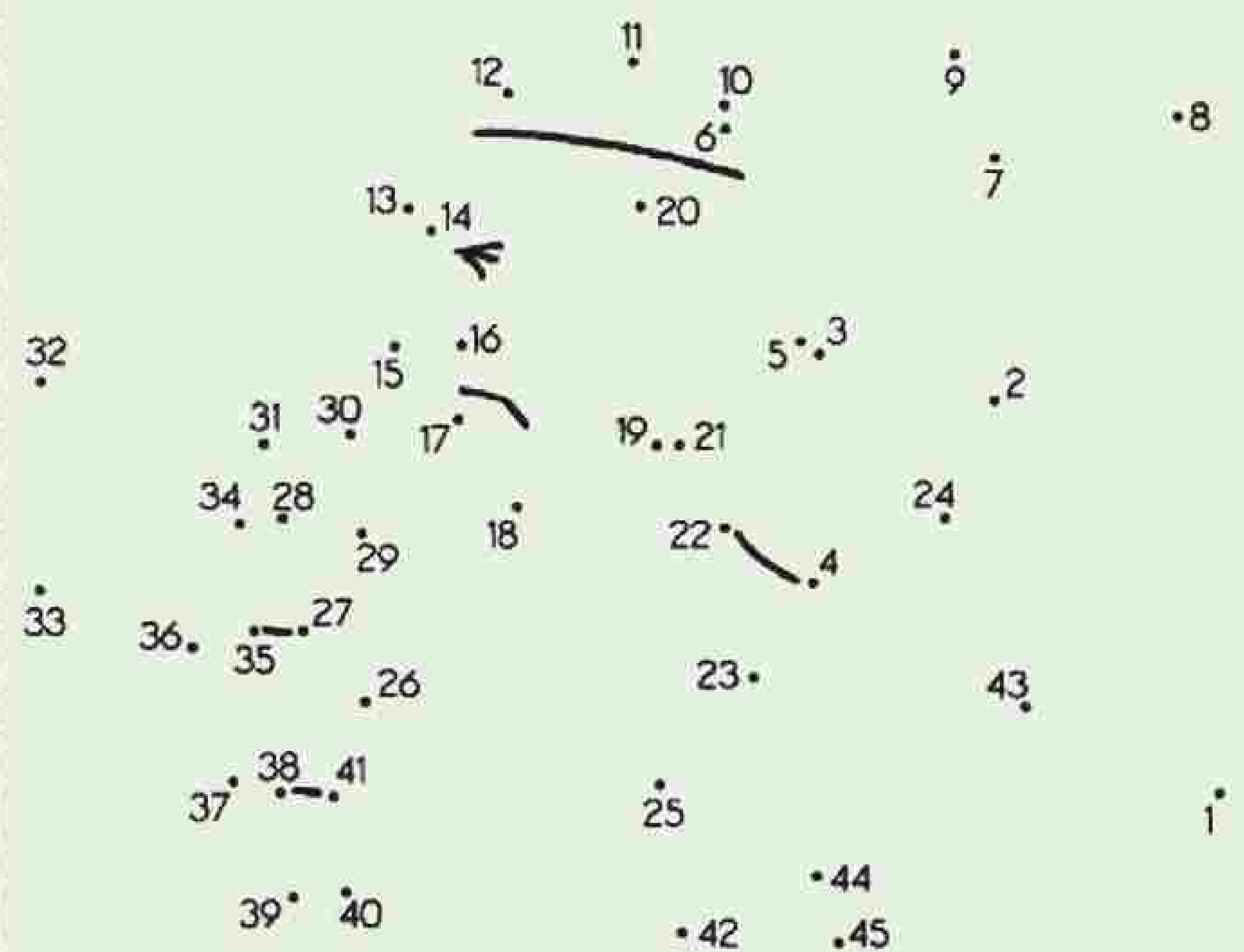






## نقطه به نقطه

در میان این اعداد و نقاط به هم ریخته یک نقاشی وجود دارد. برای یافتن آن کافی است نقاط را از شماره یک تا ۴۵ به هم وصل کنید.



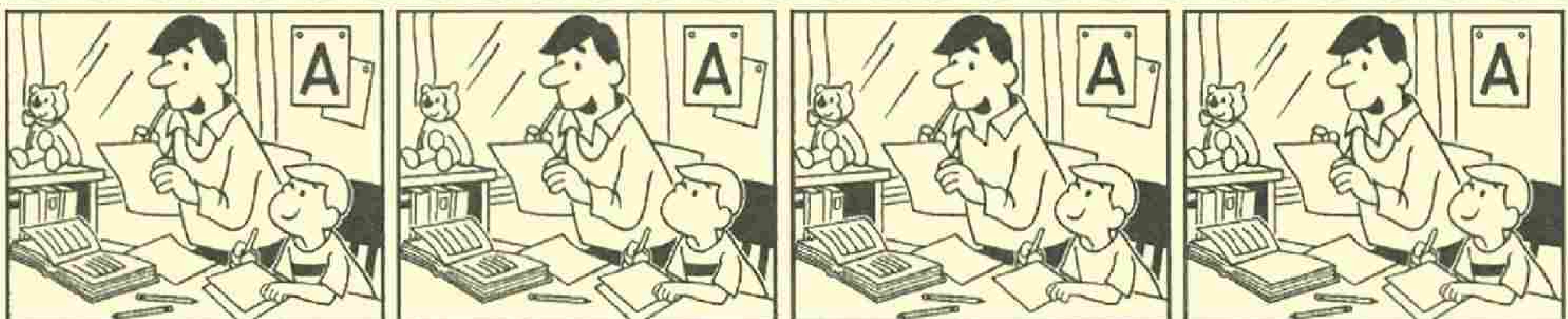



## اشتباه در قرون وسطی

در اینجا تصویری از قرون وسطی می بینید که ۹ اشتباه در آن به چشم می خورد. این اشتباهها کدامند؟

برخی از مردم برای رضایت دیگران، زیر بار زندگی نکبت بار می روند

● کاترین پاندر




**٤ جزء حذف شده در تصویر برداشت متن** پدر متنهایی را از روی کتاب داستان پسرش می نویسد، اما در هر یک از ۳ تصویر دیگری که از تصویر سمت چپ تهیه شده، چهار اختلاف وجود دارد. حال از شما می خواهیم این اختلافها را در سه تصویر سمت راستی با تصویر سمت چپ پیدا کنید.

# نکات حیاتی برای سال نو

مصطفی گلیاری

**سال نو مبارک... برای سال جدید برنامه‌ریزی کنید و از سال ۹۸ جذاب‌تر باشید تا رابطه شما بهتر شود.**



## *علل سقوط یک رابطه خوب:

### * همیشه کوتاه نیایید

اگر این شمایید که همیشه تماس می‌گیرید، اگر شمایید که همیشه عذرخواهی می‌کنید و کوتاه می‌آیید و از خواسته‌های خودتان می‌گذرید، درحقیقت دارید کاری می‌کنید که رابطه خراب شود. پس مراقب باشید از این خطاها نداشته باشید.

* آیا مدام سمت او می‌روید و نشان می‌هید به او وابسته‌اید؟ آیا شما خیلی بیشتر از او برای حفظ رابطه انرژی می‌گذارید؟ آیا مدام به او امتیاز می‌دهید؟... این کارها ارزش آدم را پایین می‌آورد و طرف را سرد می‌کند. کسی که آسان به دست بیاید و طرفش برای به دست آوردنش هیچ زحمتی نکشد و هزینه‌ای نپردازد، ارزشش بی‌ارزش می‌شود. طوری رفتار کنید که او بفهمد به دست آوردن شما سخت است.

یادتان باشد همیشه در دسترس نباشید. گاهی او را منتظر بگذارید. وقتی پیام داد، زود پیام را باز نکنید و جواب ندهید. وقتی دارید چت می‌کنید یا تلفنی حرف می‌زنید، وسطش بگویید "خب دیگه خداحافظ. کار دارم یا خسته‌مه." در پیام‌ها بگذارید آخرین پیام را او بدهد. جوابش بماند برای فردا.

### * خیلی وابسته نشوید

همین که با کسی دوست شدید، دوستی خود را با دوستان دیگرتان کمرنگ نکنید. گاهی با دوستان بیرون بروید و نشان دهید بدون او هم می‌توانید زندگی کنید. گاهی در مجازی غیب شوید و مدتی هیچ پست و لایکی نداشته باشید. این کار او را کنجکاو می‌کند و دنبالتان می‌گردد.

**مهم:**

در ملاقات حضوری به جاهای خلوت نروید.

همیشه از یک عطر استفاده کنید تا بشود مشخصه شما. هروقت رایحه آن عطر به مشامش برسد، عاطفه‌اش یاد شما خواهد کرد.

**مهم:**

برای اینکه همیشه جذاب و دوست داشتنی باشید، کمتر غر بزنید. کمتر بگویید "اَه‌اَه" بیشتر بگویید "به‌به!" ایرادگیری نکنید و چشمتان دنبال کشف کردن عیب دیگران نباشد. برای جلب محبت هرگز خود را به مریضی نزنید. آدم مریض جذاب نیست. وسواسی نباشید: "اه از این بدم میاد... اه اونو نمی‌خورم... اه از فلانی متنفرم... اه یه بار کوکو خوردم توش مو بود. دیگه از کوکو بدم میاد..."

### * شادخویی پیشه کنید

افراد شاد جذاب‌ترند. همانقدر که اخم کردن و عبوس بودن دیگران را از اطراف ما می‌تاراند، نگاه درخشان و صورت شاد شما آنها را جذب می‌کند. افسردگی و بی‌حالی، دشمن جذابیت است. شما خودتان هم حاضر نیستید با یک آدم افسرده و سرد و ناله‌کن همسفر شوید.

### * احترام آمیز رفتار کنید

با او محترمانه برخورد کنید مخصوصا جلو دیگران. اگر در جمع اظهارنظر غلطی کرد، مچش را نگیرید و او را ضایع نکنید. امیدوارم سال جدید بین شما و او اختلاف پیش نیاید و همیشه با هم مهربان باشید ولی کار است و گاهی دعوا و قهر پیش می‌آید. در چنین شرایطی به خانواده‌های همدیگر توهین نکنید. اگر قهر پیش آمد، با شام و ناهار خوردن قهر نکنید. قهر شما فقط با اوست نه با خوردن و تلویزیون دیدن و با بقیه مردم. جای خواب را عوض نکنید. در قهرها سلام و خداحافظی واجب است. اگر برای آشتی جلو آمد سخت نگیرید.

### * از خود و خانواده‌تان بدگویی نکنید

پیش او و دیگران از خانواده خود بدگویی نکنید. نگویید بابام بی‌منطقه، مامانم اعصاب نداره، برادرم بیکار و تنبله... مثل این است که بگوییم از یک باغ گندیده و کرمو سیب آورده‌ام. کسی خریدارش نخواهد شد. شما میوه باغ خانواده خود هستید. اگر اعضای خانواده خود را پیش او حقیر کنید، خودتان را تحقیر کرده‌اید. بگذارید بفهمد خانواده خوبی دارید که حامی شما هستند و شما را دوست دارند.

### * آدم‌های سمّی را حذف کنید

سال ۹۹ آدم‌های سمّی را دیلیت کنید. روابط خود را تا جایی که می‌شود کم کنید. کات بهتر است. آدم‌های سمی همیشه در حال انتقاد از زمین و زمان هستند. مدام دیگران را قضاوت می‌کنند. خیلی هم حق به‌جانب هستند. آنها خوب بلدند تقصیرهای خود را گردن دیگران بیندازند. شما نمی‌توانید به آدم سمی بقبولانید که فلان اتفاق به دلیل اشتباه او بوده. هرچه دلیل و سند و مدرک بیاورید، فوقش بِرّ و بِر به شما نگاه می‌کند و می‌رود سر خانه اول.

* آدم‌های سمی همین که دو دقیقه چشم دوست یا همکارشان را دور ببینند، از او بدگویی می‌کنند. و خوب است این را بدانید که وقتی که پیش شما از او بدگویی می‌کند، پیش او هم از شما بد خواهد گفت. آدم‌های سمی استاد دو به‌هم‌زنی هستند. در محل کار اگر فقط یکی‌دو سمی داشته باشید، می‌توانند کل مجموعه را مسموم کنند. یک بز گر یک گله را گر می‌کند. آدم‌های سمی خبرچین و آدم‌فروشند. به چیزهایی مثل دوستی و نان و نمک و اعتقاد ندارند. منافع آنهاست که چارچوب‌های آنها را تعیین می‌کند. آدم‌های سمی حس همدلی ندارند.

* آدم‌های سمی به نظر دیگران اهمیت نمی‌دهند. معتقدند خودشان بهتر از هر کسی راهکار می‌دهند برای همین است که در کار همه دخالت می‌کنند و علاقه زیادی به قبضه کردن کارها دارند. در سال جدید از سمی‌ها دوری کنید تا روح و دل شما مسموم نشود.

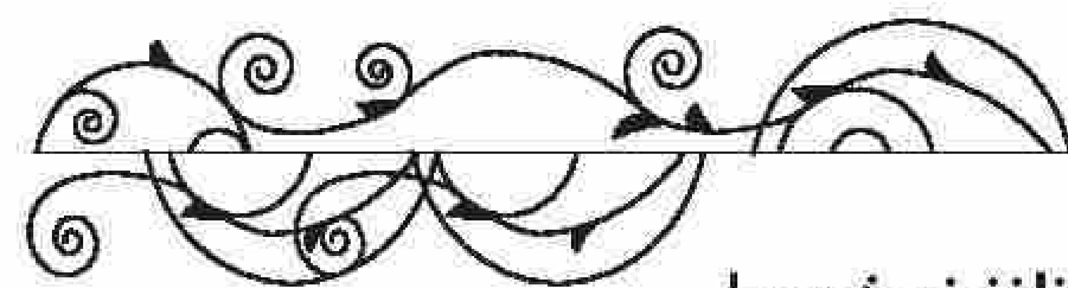
### * به خودتان کم محلی نکنید

سال ۹۹ خودتان را تحویل بگیرید. خودتان را دوست داشته باشید و خود را باور کنید. وقتی اینطور باشید، دیگران هم شما را تحویل می‌گیرند، دوستتان دارند و شما را باور می‌کنند. امسال سال موش است. شعارش هم این است: "من رئیسم، من باهوشم، من موفق می‌شوم."

## نوشته های ناب

سنگ آسمانی
Neveshte_Nab@yahoo

**ارسال متن تلگرامی و پیامک فقط با ذکر نام: ۰۹۳۵۶۹۲۰۳۴۹**



**نازنینم خوبم!**

ما در عصر ویروس های جدا کننده زندگی
می کنیم!
انگار برای جدایی ما آمده اند!
آمده اند تا ما را بکشند یا از هم دور مان کنند!
دست ندهید!
روبوسی نکنید!
کسی نمی داند
شاید حال که ما از ویروس های جدا کننده
در رنجیم...
روزگاری نیز بیاید
که علاج ویروس هایش
آغوش و مهربانی باشد!
خوش به حال بیماران آن روزگار....!

سنگ آسمانی



چیزی که برای ما دردسر درست می کند، ندانسته‌های ما نیست، بلکه اطمینان ما به دانسته‌هایمان است

شهروز

حرفهایی که می‌زنیم، دست دارند، دستهایی که گاهی گلوی فرد را می‌فشارند، حرفهایی که می‌زنیم، پا دارند، پاهایی که گاهی جایشان را روی دلی می گذارند

مهسا پقه-عطاآباد

از روی عکس دلبسته و شیفته آدمها نشین، هیچکس تا به حال از نامردی‌هایش عکس نگرفته

فرشاد

ناودان هم روزنه امید باغچه است، باور کن!

مزدک

دیدی که سخت نیست تنها بدون من / دیدی که صبح می‌شود شبها بدون من / این نبض زندگی بی‌وقفه می‌زند / فرقی نمی کند، با من، بدون من / دیروز گرچه سخت، امروز هم گذشت / طوری نمی‌شود، فردا بدون من

اکرم اخلاقی-کرج

بیمه عشق توام درد و دوا را چه کنم؟ / شده شرمنده دوا درد فراموشم شد

قطره اشک

رفتم که در این شهر نبینی اثرم را / لبهای ترک خورده و چشمان ترم را / حاجت به رها کردنم از کنج قفس نیست / ای قیچی تقدیر مچین بال و پرم را / تنها شدم آنقدر که انگار نه انگار / با آینه آراسته‌ام دور و برم را / فردا چه طلب می کند آن یار که دیروز، دل برده و امروز طلب کرده سرم را / من ماهی دریایم و دلتنگ از این تنگ / ای مرگ به تعویق میفکن سفرم را

حبیب محمدی-تهران

خوردیم چو گنجشک به دیوار بلورین، پنداشته بودیم که این پنجره باز است

محمدسلمان سیفی

گاهی گردش پرگار تقدیر در دست تو نیست، اما وقتی مرکز را درست انتخاب کرده باشی، دلت قرص که باشد، دیگر چه که می‌خواهد بشود

الهه احمدی

سرسبزترین بهار و آواز خوش هزار و سالی پربار تقدیم شما باد

صفر مدانلوکردی

زمان درد شما را درمان نمی کند، فقط کاری می کند به دردتان عادت کنید

دیلمی-اهواز

یک روز پادشاهی بهتر از چهل سال بردگی است. مهم نیست زنده می‌مانم یا می‌میرم، هر جا که من باشم یا از من یاد شود، من آن‌جا پادشاهم.

وحید راسخ دوست_زرند

بعضی از آدم‌ها با رفتنشان به ما درسی می‌دهند که اگر می‌ماندند هرگز آن را نمی‌آموختیم!

مجید میر نجفی_ساوه




**ای در دل من اصل تمنّا همه تو**
**وی در سر من مایه سودا همه تو**
**هر چند به روزگار در می‌نگرم**
**امروز همه تویی و فردا همه تو**

نوشین رئوف

### آبی آبیست!

فکر زیاد نمی‌خواهد، چشمانش را می گویم؛ چشمانی که انگار دریایی از مهربانیها را در چشمانش به تلاطم انداخته است و هیچ گاه آرام نمی گیرد این مهربان بی انتها؛ و بار سرسختی هرچه تمام، به صخره های نامهربان ساحل چشمان من ضربه می‌زند.
صافِ صاف است!
دستانش را می گویم،بی هیچ دست انداز بی معرفتی،صادق است و دروغ در کارش نیست؛حرفی را که بزند،قولی را که بدهد،مردانه پایش می‌ایستد و بی منت دستت را می گیرد...
سفیدِ سفید است!
لباسش را می گویم؛آنقدر سفید و شفاف، که اگر نگاهش کنی اول خودت را می‌بینی!
می بینید؟از خودش می گذرد تا به من برسد،تا من را به خودم نشان دهد...
بزرگ بزرگ است!
اسمش را می گویم،نه نه،اصلا قلبش را می گویم یا شایدم...
آخر نمی توان مساحت مهربانی‌اش را اندازه گرفت،نمی توان محیط دلسوز بودنش را تخمین زد؛نمی توانم برای هکتارها مهربانی‌اش عددی بیاورم!
اصلا آن چشم و ابروان مشکی که من تصور کردم حقیقت دارد؟
واما نازکِ نازک است!
قطر دلش را می گویم، آنقدر دل نازک است که اگر خطایی انجام دهم،قطعا مرا می‌بخشد!
قوی‌تر از هر قویست!
گوش هایش را می گویم که بدون هیچ غرغر ودعوایی پای صحبت هایم می‌نشیند و گرچه دیر،هرچند زود،به هر حال می‌رساند من را به مراد دلم...
اما...
امانمی‌شود،خیلی بالاتر از این حرف هاست،و این بین بی شک بسیاری از والایی‌هایش را جا انداخته ام!
اما یک چیز را خوب می‌دانم که
تنهای تنهاست...
زیبای زیباست...
آری خودش است...
خدایم را می گویم

بانوی سرخ_میاندوآب

هر تغییری که آن را لازم دارید، باید در ذهنتان با خوشی و لذت ارتباط یابد • جودی تال بام

زیر نظر: مجید فلاح شجاعی

## گفتگو با مدیر و تنی چند از بازیکنان تیم فوتبال هنرمندان

# شعار ما، هنر، ورزش و انسانیت است

تیم فوتبال هنرمندان، با همت "حسین یاریار" که خود از فوتبالیستهای قدیمی کشور محسوب می‌شود و سالها در سطح اول فوتبال ایران توپ زد تاسیس شد. یاریار بعد از عرصه ورزش جذب سینما شد و در فیلمهایی چون چاووش، مردی در آیینه، بلوف، دام، شب روباه و... به ایفای نقش پرداخت. تیم هنرمندان با نگاه خیرخواهانه، دیدارهای زیادی در سطح کشور و حتی جهان برگزار کرد. قهرمانی در چند دوره مسابقات جهانی هنرمندان، از دستاوردهای این تیم است. هنرمندان زیادی در تیم فوتبال مردان و فوتسال بانوان هنرمندان حضور دارند که جدای یاریار با چندتن از این عزیزان نیز گفتگو کردیم:

⌘ **آقای یاریار درباره تیمتان بگویید**

از تشکیل تیم هنرمندان ۲۰ سال می گذرد. آن روزی که ما شروع کردیم هدفمند شروع کردیم. من نگاهم این نبود که فقط یک تیم فوتبال هنرمندان به وجود بیاورم، بلکه هدفم این بود که در سرتاسر ایران تیمهای فوتبال هنرمندان به وجود بیاید و ورزش نزد هنرمندان نهادینه شود. الان از بچه‌های تیم خیلی‌ها جدا شدند و خودشان یک تیم به وجود آوردند و این باعث خوشحالی من است و ما دیگر یک تیم نیستیم بلکه یک جریان هستیم. در حال حاضر هم همه هدف و فکرم مسابقات جهانی هنرمندان و بعد از آن المپیک هنرمندان است و پای همه سختی‌های آن هم ایستادم.

⌘ **استقبال مردم از تیم شما چطور است؟**

کم و زیاد دارد. مثلاً شهرستانها نسبت به تهران بیشتر استقبال می کنند. به همین جهت در تهران زیاد بازی نمی کنیم و تمرکزمان در شهرستانهاست به خصوص مناطق آسیب دیده و محروم خودشان خیلی تبلیغ می کنند به همین دلیل مردم هم می آیند.

⌘ **در تیم از بازیکنان فوتبال هم استفاده می کنید بهتر نبود فقط از هنرمندان استفاده می کردید؟**

خب همنطور که گفتم شعار ما هنر، ورزش و انسانیت است و به نظر من ورزشکار هم به نوعی هنرمند است چون اگر هنرمند نبود نمی‌توانست در استادیومی که صد هزار نفر برای دیدن بازی می آیند بازی کند. یکی از حُسنهایش هم این است که به هنرمندان آموزش می‌دهند و یاد می‌دهند که چگونه بازی کنند. در مسابقات جهانی که پیش رو داریم ۱۴ نفر شرکت می کنند که ۴ نفر آنها بازیکنهای تیم ملی هستند یعنی هر کشوری باید ۴ فوتبالیست ملی پوش با خودش بیاورد و این خیلی قشنگ است. بگذارید پخش جهانی بشود آنوقت مسئولین خودمان تازه می‌فهمند که چه اتفاقی را ما به وجود آوردیم.

⌘ **شایعاتی هم در مورد تیم هنرمندان و از جمله درباره خود شما مطرح است؟**

گفتن این جور حرفها در جامعه ما طبیعی است چون متأسفانه در این چند سال اخیر، فشارهای اقتصادی ما را تنگ نظر کرده و کوچک شدیم و مرتب پشت سر هم حرف می‌زنیم، تهمت می زنیم و ناهنجاری‌های دیگر. خلاصه اینکه من الان نسبت به همه این حرفها ضدضربه شدم. برخلاف آنچه که می گویند به خاطر آوردن ستارههای فوتبال به تیم کلی بدهی بالا آوردم و مجبور شدم منزل و ماشینم را بفروشم که بتوانم چک‌هایم را پاس کنم. تمام اقدامات ما شفاف است من شماره حسابم را هر کسی بخواهد می‌دهم برود ببیند چه وضعی دارم البته این حرفها بد نیست چرا که گناهان آدم پاک می‌شود.

⌘ **تا الان چند بازی داشتید؟**

۶۰۲ بازی انسان دوستانه داشتیم که از این تعداد ۶۳ بازی آن بین المللی بوده و این از جمله افتخارات من است.

⌘ **چه توقعی از حسین یاریار دارید؟**

اینکه در این ناملایمات صبور باشد و دوام بیاورد و مردم دعا کنند آبرویش حفظ شود.

⌘ **از تیم هنرمندان عده‌ای جدا شده و تیم تشکیل دادند گفتید که از این بابت خوشحالید؟**

بله من خوشحالم اما انتظارم از آنها این است که تیم اصلی را که خودشان از آن بیرون آمده و حکم پدر و مادرشان را دارد تضعیف نکنند. برای اینکه بزرگ شوید پشت سر پدر و مادرتان حرف نزنید.

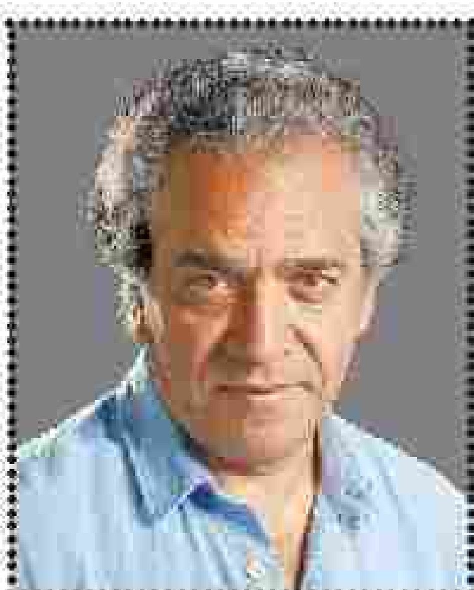
⌘ **حسین یاریار آبینه یا قرمز ته؟**

من فقط طرفدار تیم هنرمندان هستم و از شوخی گذشته من طرفدار بازی خوب هستم، حالا هر تیمی می‌خواهد باشد. متأسفانه تیم‌های باشگاهی بازی‌هایشان تداوم ندارد. مثلاً استقلال یا پرسپولیس یک هفته خوب بازی می کنند هفته بعد بسیار ضعیف بازی می کنند به نظر من در تیم‌های باشگاهی، سپاهان تداوم دارتر بازی می کند.

⌘ **پیام برای جوانها؟**

شما را به خدا سیگار نکشید. سیگار مادر همه اعتیادهاست.

## گفتگو با تنی چند از اعضای تیم



**اصغر همت:**

من حدود ۱۸ سال است که با تیم هنرمندان هستم. تیم هنرمندان از همان آغاز تشکیلش برای کارهای خیرخواهانه بود و جان مایه اصلی تشکیل این تیم جمع آوری کمک به تهیدستان بود. امیدوارم اتفاق خوش سالهای سال ادامه داشته باشد و امیدوارم که من هم به نوبه خودم توانسته باشم کمکی کرده باشم به این هدف متعالی و روز به روز شاهد پربارتر شدن این هدف باشیم.

ـ معتقدم ورزش به آدم شادابی و انگیزه می‌دهد و انسان را به روز نگه می‌دارد. من یک روز نمی‌توانم بدون ورزش بگذرانم.

ـ من رنگ آبی را دوست دارم اما طرفدار تیمی هستم که خوب بازی می کند. من طرفدار خوب بازی کردن هستم البته طرفدار برق شیراز که تیم شهرم هم است هستم. اما این تیم متأسفانه چندسالی است که به پایین لیگ رفته.

ـ به جوانها می گویم واقع بین و صبور باشند و

به سلامت جسمشان خیلی اهمیت بدهند. وقتی سلامت جسم باشد سلامت روح را هم با خودش می‌آورد.

**مهدی صالح پور**



ـ مهدی صالح پور هستم و متولد ۱۳۵۴ بازیکن سابق تیمهای استقلال و پرسپولیس و المصاقی امارات و حدود ۱۷ سال هم هست که عضو تیم هنرمندان هستم. در ضمن آقای گل ۶ دوره جام جهانی هنرمندان هستم.

ـ یکی از روزها که در ورزشگاه پناهی مشغول بازی بودیم، آقای یاریار هم در آنجا بودند. پس از آشنایی با او از من درخواست کردند که به تیم هنرمندان بپیوندم و من هم با کمال میل پذیرفتم که در خدمتشون باشم.

ـ خاطره خیلی زیاد است یکی از اتفاقات خیلی لذت‌بخش و خاطره‌انگیز قهرمانی جهانی ما در سال ۲۰۱۶ در مسکو بود که پرچم ایران را دور ورزشگاه مسکو به اهتزاز در آوردیم.

ـ من در چهار دوره مسابقات جهانی هنرمندان در سالهای ۲۰۱۴، ۲۰۱۶، ۲۰۱۸ و ۲۰۱۹ شرکت کردم و درمجموع ۵۰ گل زدم. همین طور در مسابقات ۷ نفره جهانی که میزبانش ایران بود و در تهران، کیش، قشم، همدان برگزار شد در آنجا هم ایران ۴۸ گل زد و این سراسر خاطره بود.

ـ حس خیلی خوبی در پیروزی‌ها بوجود می‌آید اینکه زحمات بچه‌ها را بتوانیم تبدیل به گل کنیم و تیم بتواند موفق شود. زدن گل به تیم‌هایی مثل بلژیک، مجارستان، لهستان، ژاپن، سوئد، آلمان، برزیل، قزاقستان، اسلواکی، بلاروس... حس بسیار خوبی است.

ـ ۴۵ سال دارم اما به نظر من سن فقط یک عدد است. امیدوارم بتوانم تا زمانی که توان و انرژی دارم در خدمت تیم باشم.

ـ تا به حال در چند فیلم و تله فیلم بازی کردم. در تله فیلم "شهرام و بهرام" افتخار همکاری با "مهدی سلوکی" و "محسن افشانی" را داشتم. در فیلم سینمایی "روزهای پرامید" به کارگردانی منوچهر هادی نقش آفرینی کردم و همین طور در قسمتی از سریال کلانتر بازی داشتم.

ـ البته اگر از من بپرسید فوتبال برایم جذابیت بیشتری دارد چون حداقل نزدیک ۳۰ سال است که ورزش می‌کنم، یعنی از ۱۴ سالگی در ورزش بودم. من قبل از اینکه فوتبالیست شوم تکواندو کار می‌کردم و در سال ۶۷ کمربند مشکی دان یک را گرفتم و ۳ بار هم قهرمان کشور و بعد از آن جذب فوتبال شدم.

ـ من هم تجربه بازی در پرسپولیس و هم در استقلال را داشتم اما شاید مهمترین دلیل آن که خیلی مطرح نشدم این باشد که من آدم کمرویی هستم به همین دلیل نتوانستم حقم را بگیرم.

ـ ضمناً در تست رشته دوی چیلیارد عنوان دارم. این تست، تست جهانی است و از مهرماه ۸۲ رکوردش دست من است و هنوز هم متعلق به خودم است. همچنین پرش تواتری با امتیاز ۸۵ همچنان در اختیار من است.

ـ در آخر دوست دارم از حسین یاریار تشکر کنم که ۱۸ سال زندگی‌اش را وقف این جریان خیریه کرد. امیدوارم خداوند عمر باعزت به ایشان بدهد.

**داوود صادقی**



ـ متولد ۱۳۲۱ و عضو تیم هنرمندان و نزدیک ۱۷ سال است که با این تیم همکاری می‌کنم. من در واقع از نوجوانی با آقای یاریار دوست بودم و خیلی سال است که با هم هستیم. حسین آقا یک روز آمد و من را گیر انداخت می‌خواستیم از دستش فرار کنیم نشد و ماندیم به پای حسین آقا تا به الان. هر جا حسین یاریار باشد من هم هستم.

ـ من در گذشته مربی تیم جوانان سرباز بودم و بازیکنان خوب زیادی زیردست من پرورش پیدا کردند بازیکنانی مثل ایرج قلیچ خانی، فرشاد پیوس، محمد مختاری، میرشاد ماجدی، فرشاد فلاحت زاده، محمود سجادی و... خیلی‌های دیگر

ـ من توپ جمع کن، تدارکات و... کلاً آچار فرانسه تیم هستم. من به خاطر عشقی که دارم اینجا هستم، من کیف می‌کنم و لذت می‌برم از اینکه دارم با این کارم به کسانی که محتاج هستند و نیازمند، خدمت می‌کنم و این نزد خدای متعال بالاترین کار است. در اینجا هر کاری که در توانم باشد انجام می‌دهم. ضمناً در حال حاضر علاوه بر اینکه در تیم هنرمندان همکاری می‌کنم در تیم سایپا و بانک ملی هم بدون چشمداشت همکاری دارم.

**شهربانو منصوریان**



ـ شاید تعجب کنید که چرا با وجود عضویت در تیم ملی ووشو و کسب چند مدال جهانی در این رشته عضو تیم فوتسال هنرمندان هستم اما سرپرست تیم خانم شجاعی با من تماس گرفتند و من را به تیم دعوت کردند و چون جدای ووشو فوتسال را هم خوب بازی می‌کنم به خاطر عام‌المنفعه بودن و کمک به نیازمندان حس خیلی خوبی داشتم و به همین خاطر پذیرفتم.

ـ خوشبختانه بازی‌ام خوب است تا حدی که مربیان تیم مثل آتوسا حجازی خیلی راضی هستند و فکر می‌کنم تا به حال ۵ گل هم در مسابقات زدم.

ـ یکی از خاطره انگیزترین بازی‌ها مسابقه جزیره کیش بود که خیلی برای من خوشایند بود.

**سیدمجتبی ظرفیان**



ـ مجری و تهیه کننده و برنامه ساز کودک هستم که بچه‌ها من را به عنوان عمومهربان می‌شناسند و همسرم را هم به نام خاله رویا...

در حال حاضر هم روزهای پنج‌شنبه و جمعه در شبکه دو برای کودکان برنامه داریم و برنامه به طور زنده بین ساعت ۳/۵-۲/۵ پخش می‌شود. ضمناً خوشبختانه کودک درونمان هم حسابی بیدار است.

ـ زمانی که کار تئاتر انجام می‌دادم پیگیر بازیهای هنرمندان بودم پس از آن حدود ۱۲ سال پیش خودم را معرفی کردم و رزومه هنری و فوتبالی‌ام را دادم چون من در آن زمان آقای گل دانشگاه آزاد بودم از آن زمان یعنی از سال ۸۷ در خدمت تیم هنرمندان هستم تا الان.

ـ گلی که به تیم ایتالیا در جام جهانی زدم بسیار برایم خاطره‌انگیز است. پدر و مادرم و همسرم در استادیوم بودند و بعد از زدن گل همه بازیکنانی که به طرفم می‌آمدند را کنار زدم و رفتم توی تماشاگران و همسرم و پدر و مادرم را بغل کردم و این گل را به آنها تقدیم کردم. در آن لحظه آقای یاریار فریاد می‌زد که بیا پایین الان

بقیه در صفحه ۸۴



دانش و شناخت، دو یار وفادار زندگی هستند، هرگز از آنها نادرستی نخواهید دید ● جبران خلیل جبران

مجید فلاح شجاعی

## نویسنده و مخترع تبریزی:

# حمایت نکردن‌ها پشیمانم کرده

**دنیای نویسندگی بدون شک عرصه‌ای نیست که هر کسی بتواند وارد آن شود. چرا که تحصیل، آموزش، مطالعه بسیار، تخصص، استعداد و عشق از لازمه‌های این دنیای زیبا است و حالا تصور کنید یک آقای سرویس کار لوازم خانگی و یک خانم خانه دار، چقدر باید مطالعه و تلاش کنند تا بتوانند نویسنده بیش از ۲۰ جلد کتاب باشند! کار ارزشمندی که زوج هنرمند علیرضا محمدیان سقین سرا و لیلا مددی سقین در کنار یک زندگی عاشقانه در کنار دخترشان ویدا و پسرشان نیما، انجام دادند**

**از خودتان و زندگی تان بگویید.**

**محمدیان**: بنده علیرضا محمدیان سقین سرا متولد سال ۱۳۵۱ ساکن تبریز و دارای یک خانواده ۴ نفره خوشبخت هستم.

**مددی**: بنده هم لیلا مددی سقین سرا متولد سال ۱۳۵۵ ساکن تبریز هستم و در کنار همسر باوفا، دختر نازنین و پسر گلم زندگی سرشار از مهر و محبت را در خانه‌ای باصفا می گذرانیم.

**راستی شغل اصلی شما چیست؟**

**محمدیان**: شغل اصلی من سرویس کاری لوازم خانگی گرمایشی و برودتی است که حدود ۲۷ سال به این حرفه مشغول هستم. بیش از ۱۰ نفر در کارگاه ما مشغول به کار هستند.

**مددی**: خانه دار هستم ولی در کنار این کار، به نویسندگی نیز مشغول هستم.

**از چه زمانی به نویسندگی روی آوردید؟**

**محمدیان**: از سال ۷۲ شروع به نویسندگی کرده و تا به امروز خوشبختانه آگاهانه زندگی کرده ام.

**مددی**: از همان سالی که ازدواج کردم، همسرم به مطالعه کتاب خیلی علاقه مند بوده‌اند. همنشینی با او بر من هم تأثیر مثبتی گذاشت که باعث شد من هم به این امر علاقه مند شوم و نویسندگی کنم.

**مطالعه شما در چه زمینه‌ای بود؟**

**محمدیان**: انتخاب بنده در نگارش کتاب در چهار زمینه بود روانشناسی، دین، جامعه و قوانین.



چون هر چه فکر کردم به این نتیجه رسیدم که دست و پاگیرترین مسأله در زندگی تمامی انسان‌ها نیز همین مسائل است.

**مددی**: من کتاب‌هایی را مطالعه می کنم که در زندگی ام نیز موثر باشند و بتوانم آنها را پیاده کنم. کتاب‌هایی مانند تربیت فرزندان، مشاوره و روانشناسی و خانواده سالم.

**تا امروز چند جلد کتاب چاپ کرده اید؟**

**محمدیان**: تاکنون با همیاری و کمک همسرم که خوشبختانه خودشان نیز نویسنده چند جلد کتاب هستند، توانسته‌ام حدود ۱۵ جلد کتاب اعم از دینی و مذهبی، روانشناسی و قانون را به رشته تحریر دربیاورم. همسرم نیز چند کتاب نوشته‌اند.

**چه کتاب‌هایی را آماده چاپ دارید؟**

**محمدیان**: ۸ جلد کتاب در دست دارم که آماده چاپ هستند، ولی متأسفانه به دلیل عدم حمایت از سازمان‌های مربوطه و مشکلات مالی توانایی چاپ آن‌ها را ندارم.

آنها بوده‌اند که مرا تشویق به چاپ‌های بعدی کرده اند. البته در این میان منتقدانی هم داشته ام که از حضور تک تک آنان تشکر می کنم که باعث پیشرفت من شدند.

**گویا شما مخترع هم هستید؟**

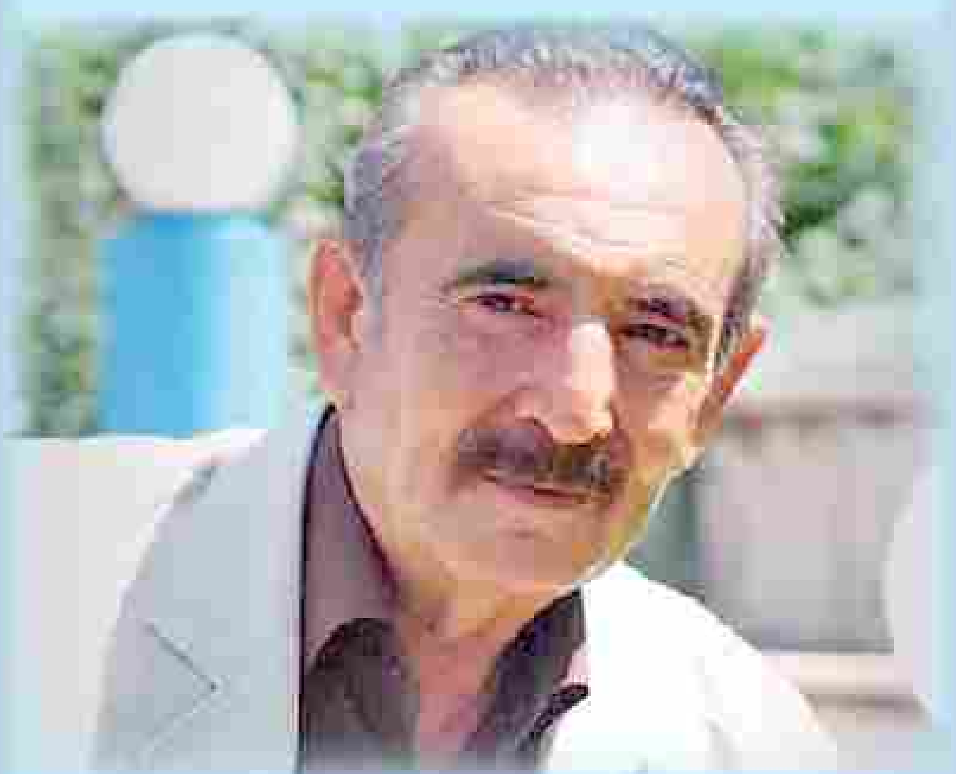
**محمدیان**: بله، بنده تاکنون ۳۵ طرح و ایده را در زمینه‌های مختلف ارائه داده ام که ۵ طرح آن‌ها به مرحله ثبت اختراع رسیده و در حال حاضر در سایه همین طرح‌ها با دانشگاه علوم پزشکی تبریز و اداره راهور ترافیک استان همکاری می کنم. اما در حالت کلی از کرده خود پشیمانم چرا که از طرح‌ها نیز همانند کتابها حمایت نمی‌شود.

## خاطره

# یاد آدم‌های «دلی» به خیر

**بیوک میرزایی (بازیگر)**

یاد آن ایام چه خوش بود. بهار عید زیبا بود. دل و چهره چه شادان و چه بشاش، آخر زمستان، ماه اسفند هم برای ما بهاری بود آن زمانها. شور و حال سال نو، سبزی، تولد، شاد بودن. باب همایون، خرید عید، لباس گشاد برای سال بعد. عمدتا عید ما در بازار و باب همایون خلاصه می‌شد. نامزدی‌ها، عقد کردنها، دیدن اقوام، بزرگان، حفظ حرمت‌ها، واجب بودن دیدنهاغم نان، در آن زمان‌ها در هیچ منزلی در عید پیدا نبود. بساط میوه‌فروشها و شیرینی‌فروشها و تنقلات از صبح چراغانی بود. آن موقع‌ها به استقبال عید، آدمها "دلی" می‌رفتند، شاد و سرخوش بهار را احساس می کردند. رادیو هر سال وصف الحال بهار را با پخش آواز گل اومد، بهار اومد، میرم به صحرا چه خوش بیان می کرد. عید همان عید است، اما دیگر آن شادابی وجود ندارد. آن زمان هم شرایط دشوار بود اما غم و نگرانی در چهره مادرها دیده نمی‌شد. ما بچه‌ها فارغ از مسائل مادی نبودیم بلکه هر سال انتظار می کشیدیم بهار برسد و ۲ تومانی و ۵ تومانی‌ها را عیدی بگیریم. منتظر بودیم هر بزرگی که به خانه‌مان می آید با عیدی دادن محبتش را باور کنیم. الان خانواده‌ها با نگرانی به استقبال عید و به اجبار سراغ آیین‌ها می‌روند، دیگر دیدارها مشکل قد می‌دهد. گویا هیچ چیز دلی نیست و اجباری پشت آن است. آرزو می کنم عید بهانه‌ای باشد برای دیدارها و شاد شدن، چرا که شاد بودن هنر است و شاد کردن هنری والاتر. این همان تز من در بازیگری است و به عنوان یک بازیگر، رسالت هنر را در این مقطع شاد کردن مخاطب می‌دانم.



## نرگس محمدی

# خانواده بهترین هدیه خداوند



با روح خود آشنا شوید و سعادت را در اعماق آن جستجو کنید ● فیثاغورث

**اصالت** خانم محمدی اصالتا اهل سراب آذربایجان شرقی و فرزند بزرگ خانواده می‌باشد، یک خواهر بنام سارا و یک برادر کوچک‌تر بنام محسن دارد.

**کلاس بازیگری** علاقه‌اش به بازیگری باعث شد برای آموزش آکادمیک و اصولی پایش را به کلاسهای بازیگری بگذارد او از آخرین فارغ التحصیلان موسسه کارنامه است و زیر نظر پرویز پرستویی و رویا تیموریان بازیگری را فرا گرفت.

**از تئاتر تا ستایش** نرگس محمدی فعالیت حرفه ای‌اش را با تئاتر شروع کرد و در سال ۱۳۸۳ وقتی ۱۹ ساله بود اولین بار با فیلم تنهایی باد جلوی دوربین رفت و با پنجمین تجربه‌اش با فیلم آناهیتا سال ۸۷ درخشید. او در سال ۱۳۸۹ وقتی ۲۵ ساله بود با سریال ستایش وارد قاب تلویزیون شد و شهرت‌اش با همین مجموعه شروع و حالا اغلب با همین نام شناخته می‌شود.

**از پرستاری تا سیما** از ابتدا دلم می‌خواست در رشته هنر ادامه تحصیل بدهم اما روزی که باید در آزمون ورودی هنرستان صدا و سیما شرکت می‌کردم اتفاقی برایم افتاد و امتحان را از دست دادم.به همین دلیل در کلاسهای علوم تجربی دبیرستان شرکت کردم و بعد هم در دانشگاه پرستاری پذیرفته شدم

**ازدواج** نرگس محمدی که شهریور سال ۹۵ مهمان دورهمی مهران مدیری بود با کمال صداقت در این برنامه گفت: مدت هاست خواستگاری ندارم! چند ماه بعد اما در اردیبهشت ۹۶ نرگس محمدی با علی اوجی ازدواج کرد و خبر این عروسی با انتشار چند عکس از سالن عقدی در منطقه سعادت آباد تهران رسانه‌ای شد.البته مراسم خواستگاری آنها با هماهنگی لاله اسکندری در حرم مطهر امام رضا (ع) انجام شد.

**ادامه بازیگری** من دوست دارم این فرصت ایجاد شود که با برخی از کارگردان‌های مورد علاقه‌ام کار کنم و در سینما فعال‌تر بشوم و نقش‌های متفاوت بازی کنم

**نرگس از زبان مادر** **مادر نرگس محمدی**: نرگس تنها دوست من بوده و همیشه در کنار من حضور داشت.این چند ساله به دلیل مشغله کاری، کمی در انجام کارهای منزل تنبل شده که آن را هم می گذاریم به حساب مشغله کاری‌اش، گرچه باید بگویم ستایش بهترین دوست من است

**غیر از بازیگری** خواندن را همیشه دوست داشتم و هر کاری که به این حوزه مربوط باشد را دوست دارم، غیر از این‌ها هیچ کاری را نمی‌توانم انجام بدهم.

**بزرگترین ایراد** خیلی زود به آدمها اعتماد می کنم و فکر می کنم هر کسی که به من نزدیک است دوست من است و بابت این مسأله خیلی ضربه خوردم اما نمی‌توانم خودم را کنترل کنم و یکی دیگر از اخلاقهای بد من این است که وقتی خیلی خسته و گرسنه هستم هر اتفاقی بیفتد داد فریاد و راه می‌اندازم!

**فیلم دیدن و کتاب** تنها چیزی که خیلی حالم را خوب می کند فیلم دیدن و کتاب خواندن است.این روزها به دلیل مشغله زیاد کمتر وقت می کنم فیلم ببینم اما کتاب همیشه همراهم است و حتی سر صحنه با خودم می‌برم و در زمانهای خالی می‌خوانم.همیشه هم در ماشین کتاب دارم و رمان خواندن را خیلی دوست دارم.

**جدای همسرم** محسن، سارا و مادرم را از ته قلبم دوست دارم و حاضر نیستم یک روز هم از آنها جدا باشم و معتقدم خانواده بهترین هدیه خداوند به انسان است که تکرار پذیر نیست.

خاطره

# قدرت پدربزرگ‌ها

■ هوشنگ توکلی (بازیگر)

۴۰، ۵۰ سال پیش تهران کوچک بود و محله‌ها شکل اجتماعات بسته بشری داشت.ساکن محله حمیدیه از محلات قدیم تهران بودیم. معمولاً اغلب اقوام ساکن یک محل بودند و یک ماه مانده به عید به استقبال بهار می‌رفتند؛ آجیل و خشکبار تهیه می‌شد و تمام وسایل خانه برق می‌افتاد، فضای منطقه آکنده از انرژی مثبت و روحیه شاد بود. معمولاً پدر خانواده خریدها را انجام می‌داد و یک هفته قبل از عید پرو قبل از سال تحویل انجام می‌شد و ذوق پوشیدن لباس نو تا اولین عید دیدنی همراهمان بود اما پدر، بزرگ فامیل بود و ما ناراحت از این موضوع که چرا باید در خانه بنشینیم و انتظار ورود مهمان را بکشیم.



در اولین سالهایی که تلویزیون به کشورمان آمد، حضور این جعبه جادویی مختص قهوه‌خانه‌های محل بود، ظرف یک‌سال خانواده ما نیز صاحب تلویزیون شد و از آن پس عید دیدنی اقوام از خانواده ما شدت گرفت. به خاطر دارم هر سال که به دیدن پدربزرگ می‌رفتیم، آقاجون سکه‌ای به دست گرفته و می گفت: "هر کس بتواند این مشت را باز کند برنده سکه می‌شود. بچه‌ها همگی حمله‌ور می‌شدند اما کسی توان باز کردن مشت محکم آقاجون را نداشت. آن زمان تصمیم می گرفتیم تا سال آینده آنقدر بزرگ شویم که قفل دستان پدربزرگ را بگشاییم.

بقیه از صفحه ۸۱

داور به تو کارت می‌دهد اما من حواسم نبود و این از خاطرات خوب من است. گل خاطره انگیز دیگرم که قهرمان جهان هم شدیم ۲ گلی بود که به اسلواکی زدم.

ـ من چون عشق فوتبال داشتم و در باشگاه هم تا یک سنی می‌توانی بازی کنی و بعدش باید خداحافظی کنی و بروی. من هم دیگر به سنی رسیده بودم که دیگر نمی‌توانستم در باشگاهی بازی کنم اما در تیم هنرمندان این محدودیت وجود ندارد و می‌توانی تا جایی که خودت حس می کنی توان داری بازی کنی. از این نظر برای من خیلی خوب بود. دلیل دیگرش این است که علاوه بر اینکه از بازی فوتبال لذت می‌بری در عین حال داری با این ورزش یک کار خیر هم انجام می‌دهی و همین طور بودن در کنار کسانی که به نوعی در جامعه تأثیر گذارند خودش نوعی افتخار است.

**سهیلا منصوریان**



ـ بازیکن تیم ووشو کشور هستم و ۱۰ سال است که عضو تیم ملی ووشو ایران هستم. تاکنون توانستم طلای جهانی و برنز آسیایی را بگیرم و در حال حاضر هم داریم خودمان را آماده می کنیم برای مسابقات آسیایی هند.

ـ بعد از حضورمان درعرصه سینما با فیلمهای "صفر تا سکو" "بدل کاران حرفه ای" "من بوکسور هستم" به ما پیشنهاد شد که در تیم هنرمندان بازی کنم. من هم با کمال میل پذیرفتم چون هدف از تشکیل این تیم کمک به اقدامات عام‌المنفعه بوده و کمک به قشر محروم نیازمند که این باعث خوشحالی‌مان است.

ـ من قبل از اینکه رشته ووشو را انتخاب کنم فوتبال بازی می کردم، بعد وارد ورزش ووشو شدم. به این خاطر فوتبالم هم خوب است.

ـ من تیم خاصی را دنبال نمی کنم فقط طرفدار سرسخت تیم ملی ایران هستم و بازی‌های تیم ملی کشورم را پیگیری می کنم. از تیمهای خارجی هم طرفدار رئال مادرید هستم.

ـ چون از کودکی پدرم استقلالی بودند و هستند به تبعیت از ایشان من هم استقلالی شدم وفکر می کنم شاخص‌ترین چهره ورزشی من استراماچونی بود که خیلی عالی آمد با این تیم کار کرد، اما متأسفانه حضورش کوتاه بود.

**بهار امینی: طراح صحنه**



ـ در ابتدای ورودم به این تیم قضیه دورهمی بین دوستانمان بود اما وقتی که مدتی از این جریان گذشت متوجه شدم که چقدر این بازی مفرّح است و چقدر آدم را پرانرژی می کند و دیدگاهم کلاً به بازی فوتبال تغییر کرد و یک حس قلبی نسبت به آن پیدا کردم.

ـ با تیم شهرداری بازی داشتیم و اوایل حضورم در تیم هنرمندان بود. من حتی پایم تا آن زمان به توپ نخورده بود. جالب است بدانید که دیریبل کردن را هم بلد نبودم اما در آن بازی خیلی اتفاقی توپ از لای پای حریف در رفت و من یک چیپ زدم. از بالای سر دروازه‌بان رد شد و خیلی جالب وارد دروازه شد. برای خودم خیلی عجیب بود. مربی‌مان آتوسا حجازی گفتند که چه جوری زدی؟ او هم تعجب کرده بود از این گل زدن من. من هم گفتم اصلاً نفهمیدم چی شد. به هر حال این نشان می‌دهد که استعداد فوتبال داشتم.

ـ متأسفانه حضور تیم بانوان هنرمندان کمرنگ است چون بازیکنان تیم اکثراً بازیگر هستند و اکثر اوقات سر کار در پروژه‌های مختلف و تمریناتمان با تعداد کم برگزار می‌شود. به این خاطر کم کم از طرف مسئولین تیم تصمیم بر این شد که تمریناتمان تا زمانی که تعداد بازیکنان به حدنصاب نرسیده کنسل شود.

ـ در تیم ما شراره رخام کاپیتان تیم هستند فقیهه سلطانی، رویا بختیاری، خواهران منصوریان، گلنار باربردی، فرناز امینی، آزاده زارعی، پریناز کنگاوری و...حضور دارند و اگر اسمی جا مانده از آن عزیزان معذرت خواهی می کنم.

ـ من امیدوارم تبلیغات تیم هنرمندان بانوان بیشتر شود و بیشتر رسانه‌ای شود تا بتوانیم بیشتر بازی کنیم و از این طریق مبالغی جمع آوری شود برای کمک به زندانیان و خانواده‌های بی‌سرپرست. من خودم شخصاً خوشحالم که به عنوان عضو کوچکی از این مجموعه، کار فرهنگی می کنم.

**حمیده حمیدی**



ـ حمیده حمیدی هستم، مربی فوتبال A آسیا، مربیگری دروازه‌بانی فوتبال و داوری فوتبال درجه ۱، پست اصلی من در خارج از تیم هنرمندان دروازبان هستم. ولی در تیم هنرمندان، بازیکن هستم و گل هم زیاد زدم.

ـ بنده ۱۰ سال بازیکن اسبق تیم ملی فوتسال بودم. ۱۵ سال بازیکن تیم‌های لیگ برتر کشور و پنج سال مربی تیم ملی فوتبال. در حال حاضر هم مربی تیم ملی جوانان فوتبال بانوان هستم.

ـ بنده به اتفاق دوستانم خانم آتوسا حجازی (سرمربی) و خانم سوگل عرب ۵ سال پیش به پیشنهاد خانم شهناز شجاعی تمرینات تیم فوتسال هنرمندان را شروع کردیم. انگیزه ادامه کار نیز اهداف خیرخواهانه بود. من و خانم عرب به عنوان کمک مربی و بازیکن تیم هنرمندان در این تیم فعالیت داریم. البته مربیگری در چنین تیمی کاملاً داوطلبانه است و برای آن دستمزدی دریافت نمی کنیم.

**سوگل عرب: کمک مربی**



ـ سوگل عرب هستم، مربی فوتبال cآسیا، بازیکن فوتسال و فوتبال و در تیم هنرمندان به عنوان کمک مربی و بازیکن حضور دارم. سابقه مربی در لیگ برتر تهران و تیم‌های یاران حجازی و سندرم داون و بچه‌های کار و...

ـ طرفدار استقلال و تیم بارسلونا، بازیکن شاخص ایرانی آقای ناصر حجازی و خارجی کریستیانو رونالدو... در تیم‌های منتخب کیش، یاران حجازی، منتخب تهران، منتخب پیشکسوتان تهران و... بازی کردم

ـ بانوان هنرمند، در وهله اول هنرمند هستند و اولویت آنها رشته حرفه‌ای خودشان است، اگر زمان داشته باشند سراغ رشته‌های ورزشی می آیند. در تیم فوتسال هنرمندان انگیزه وجود دارد ولی بدلیل نداشتن تعداد مسابقات، کم می‌باشد! یکی از علتهای افت تیم، عدم پوشش رسانه‌ای و کمبود اسپانسر تیم است.

ـ هدف ما حتی برگزاری مسابقات دوستانه در خارج از کشور می‌باشد و می‌توانیم موفق‌تر باشیم. در ابتدا ما تمرینات منظمی داشتیم اما بعد تمرینات نامنظم شد بدلیل فعالیت بانوان در عرصه کاریشان، در حال حاضر فقط سر مسابقات حاضر هستند.



## آشپزی ایرانی

بهاره پورعالی

# رشته پلو مجلسی

رشته پلو با مرغ زعفرانی، رشته پلو با گوشت قلقلی، گوشت بوقلمون یا ماهی دودی و در کنار این‌ها سر و رشته پلو با عدس، کشمش، زرشک و خرما یا بدون آن‌ها در نقاط مختلف ایران پخته می‌شود. یکی از محبوب‌ترین انواع رشته پلو، رشته پلو مجلسی با مرغ زعفرانی و کشمش یا زرشک است.

**طرز تهیه:**

برای درست کردن رشته پلو مجلسی با مرغ زعفرانی و کشمش ابتدا باید مرغ را بپزید. برای این کار ابتدا پیاز داغ درست کنید. یک عدد پیاز را خلالی و نازک خرد کنید و با کمی روغن و کره تفت دهید. روغن را به کره اضافه کنید تا کره نسوزد و سیاه نشود. دو قاشق غذاخوری از پیازهای طلایی و سرخ شده را برای پختن مرغ کنار بگذارید. مرغ را با دو قاشق غذاخوری پیاز داغ، یک قاشق غذاخوری روغن مایع، کمی زردچوبه و فلفل سیاه و نمک کمی تفت دهید. وقتی که رنگ صورتی مرغ به سفید و کمی طلایی تبدیل شد یک لیوان آب به مرغ‌های تفت خورده اضافه کنید و اجازه بدهید بپزد.

وقتی که مرغ خوب پخته شد و تقریبا تمام آب آن کشیده شد (مقدار کمی آب مرغ، حدود نیم سانت، کف قابلمه باقی بماند) آن را از قابلمه بیرون بیاورید و اجازه دهید کمی خنک شود. حالا تکه‌های سینه مرغ را ریش ریش کنید. مرغ‌های ریش شده را با نصف کره و زعفران دم کرده (به مقدار دلخواه) در همان قابلمه‌ای که مرغ را پخته بودید بریزید و کمی تفت دهید. ۲/۱ قاشق چایخوری یا کمتر دارچین به مرغ‌های در حال تفت اضافه کنید. اجازه دهید مرغ و مخلفاتش تمام آب مرغ موجود در قابلمه را جذب کند و سپس شعله گاز را خاموش کنید. مرغ نباید خشک شود و بهتر است که آب‌دار باشد.

بعد از درست کردن مرغ زعفرانی، باید مراحل پخت و آبکش کردن پلو را انجام دهید. بهتر است برنج و رشته‌ها را به صورت جداگانه در آب بپزید و آبکش کنید تا رشته پلو شفته یا خشک نشود. در یک قابلمه آب را جوش بیاورید و سپس مقداری نمک و روغن اضافه کنید. روغن باعث می‌شود رشته‌ها به هم نچسبند. رشته‌های پلویی را مثل ماکارونی خرد و اضافه کنید و بعد از این که نرم شد آبکش کنید.

برنج را هم که از قبل خیس کرده بودید بپزید و به روش همیشگی خودتان آبکش کنید ولی این بار

**مواد لازم:**

- برنج ایرانی ........................ ۵۰۰ گرم
- رشته پلویی ........................ ۲۰۰ گرم
- سینه مرغ ........................ ۴۰۰ گرم
- زعفران دم شده ................ به مقدار دلخواه
- کره ........................ ۱۰۰گرم
- پیازداغ ................ ۳ قاشق غذاخوری
- آب ........................ به‌مقدارلازم
- روغن مایع ................ به مقدار لازم
- نمک، فلفل و زردچوبه ..........به مقدار دلخواه
- دارچین ................ نصفقاشق چایخوری
- کشمش پلویی ................ ۱ پیمانه یا کمی بیشتر
- زرشک(برای تزیین) ................ نصف پیمانه

قبل از آبکش کردن برنج رشته‌های آبکش شده را هم در قابلمه‌ای که برنج در حال جوشیدن است بریزید و با هم مخلوط کنید و بلافاصله آبکش کنید. این کار باعث می‌شود از میزان نرم شدن رشته‌های پلویی و آماده شدن برنج برای آبکش کردن مطمئن می‌شوید.

مقداری روغن مایع کف قابلمه بریزید و وقتی که داغ شد، چند ورق سیب زمینی یا چند تکه نان برای ته دیگ کف قابلمه بگذارید و سپس مخلوط برنج و رشته پلویی آبکش شده را به آن اضافه کنید. کمی کره روی برنج بگذارید و رشته پلو را دم کنید. برای این که رشته‌ها خشک نشوند علاوه بر کره، ۲/۱ فنجان هم آب روی رشته پلو بریزید و سپس آن را دم کنید. ۴۵ دقیقه برای دم کشیدن رشته پلو روی شعله ملایم گاز کافی است. بهتر است ابتدا کمی شعله گاز را زیاد کنید تا برنج بخار کند و سپس بعد از ۵ دقیقه شعله را کم کنید تا برنج دم بکشد.

در فاصله دم کشیدن رشته پلو، کشمش‌ها را آماده کنید. در یک ماهیتابه مناسب کمی کره بریزید و کشمش‌ها را در کره یا روغنی که داغ نیست کمی تفت دهید. به مقدار دلخواه پودر دارچین روی کشمش بپاشید و تفت دهید. اگر طعم کشمش را در رشته پلو دوست ندارید از زرشک استفاده کنید. زرشک‌ها را آماده کنید. مثل روال همیشگی زرشکها را قبل از تفت دادن حدود ۱۵ دقیقه بخیسانید. در یک ماهیتابه مناسب کمی کره بریزید و بعد از آب شدن کره، زرشک‌ها را اضافه کنید. زرشک‌ها را روی شعله ملایم گاز تفت دهید که نسوزند. اگر طعم ترش زرشک را زیاد دوست ندارید ۲/۱ قاشق چایخوری شکر به زرشک‌ها اضافه کنید و با هم مخلوط کنید.

بعد از ۴۵ دقیقه رشته پلو مجلسی با مرغ زعفرانی و کشمش یا زرشک شما حاضر است. مقداری کره داغ کنید و روی رشته پلو بریزید. حتی می‌توانید به کره مقداری زردچوبه اضافه کنید.

در رشته پلو مجلسی و زعفرانی به جای کشمش پلویی یا زرشک می‌توانید از خرما هم استفاده نمایید. در این صورت خرمای بدون هسته را در کمی پیاز داغ تفت دهید و به آن پودر دارچین به مقدار دلخواه اضافه کنید. مقدار خرما و دارچین به سلیقه و ذائقه شما بستگی دارد.

شاید برایتان جالب باشد که بدانید ادویه اصلی پخت رشته پلو "زردچوبه" است. قدیمی‌ترها تنها ادویه‌ای که به رشته پلو اضافه می‌کردند زردچوبه بود. به همین خاطر وقتی که می‌خواهید مقداری کره داغ روی رشته پلو بریزید می‌توانید کمی زردچوبه هم به کره اضافه کنید. از برنج زعفرانی برای تزیین رشته پلو می‌توانید استفاده کنید.

رشته پلو را به صورت "ته انداز مرغ" هم درست می‌کنند. برای درست کردن رشته پلو به صورت ته انداز، ابتدا مرغ‌ها را با نمک، پیاز، فلفل و زعفران نیم پز کنید. سپس برنج و رشته پلویی را به همان ترتیب که گفتیم آبکش کنید. کف قابلمه مقداری کره و روغن و زعفران دم کرده بریزید. مرغ‌ها را کف قابلمه بچینید و برنج و رشته آبکش شده را روی مرغ‌ها بریزید و دم کنید. زمان پخت برای ته انداز مرغ ۱ ساعت است تا مرغ‌ها خوب سرخ شوند. طرز تهیه رشته پلو کرمانشاهی نیز به همین ترتیب است و فقط یادتان باشد در آن روغن حیوانی محلی کرمانشاهی بریزید.

رشته پلو تبریزی یا ترکی با گوشت چرخ کرده و کشمکش تهیه می‌شود و بعضی آذری‌ها هم به ترکیب آن چند برگه زردآلو اضافه می‌کنند که آن را با کشمش تفت می‌دهند.

رشته پلو مشهدی شامل ران مرغ، برنج، رشته پلویی، پیاز، زعفران، سماق، دارچین، روغن، کره و نمک و فلفل می‌شود. اما شما می‌توانید به سلیقه خودتان از گوشت قرمز یا خرما هم استفاده کنید.

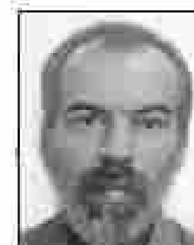
در برخی شهرها هم رشته پلو را با مرغ و بادمجان سرخ کرده درست می‌کنند.



وظیفه اصلی قدرت این است که در خوشبختی بکوشد

●مطهری دورتان

## جدول متقاطع



طراح جدول: تورج ایوبی

### افقی:

۱. تبریک این ایام فرخنده ـ خوان پربرکت نوروزی

۲. دوستان و همراهان ـ فرزند ابراهیم(ع) ـ بازیگر و کارگردان معروف فرانسوی

۳. پسوند واشنگتن ـ شکم پرست ـ گرو گذارده شده ـ بهشت و فردوس ـ عقیده و نگرش

۴. درخت تسبیح ـ در حال سیر و سفر است ـ دعای زیر لب ـ عالم مادی ـ عادت با املای غلط

۵. روستا ـ چراغ هر خانه‌ای است ـ منقار کوتاه پرندگان ـ ضمیر غایب ـ اشاره به دور ـ دو حرف هم شکل

۶. پادشاه و سلطان ـ شک و گمان ـ نام کوچک همینگوی ـ نهر کوچک ـ پایه

۷. نوعی ساعت ـ غالب ـ پیامبر نقاش ـ نامی دخترانه به معنای آهن گوهردار

۸. مساوی ـ ابزار نجار ـ نوعی جاده ـ پیام و صدا ـ پول آفتاب تابان

| ۲۳ | ۲۲ | ۲۱ | ۲۰ | ۱۹ | ۱۸ | ۱۷ | ۱۶ | ۱۵ | ۱۴ | ۱۳ | ۱۲ | ۱۱ | ۱۰ | ۹ | ۸ | ۷ | ۶ | ۵ | ۴ | ۳ | ۲ | ۱ | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | | | ■ | | | | | | | | | | | | ۱ |
| | | | | | ■ | | ■ | | | | | | | | ■ | | ■ | | | | | | ۲ |
| | | | | ■ | | | | ■ | | | | | | ■ | | | | ■ | | | | | ۳ |
| | | | ■ | | | | | | ■ | | | | ■ | | | | | | ■ | | | | ۴ |
| | | ■ | | | ■ | | ■ | | | ■ | | ■ | | | ■ | | ■ | | | ■ | | | ۵ |
| | ■ | | | ■ | | | | ■ | | | | | | ■ | | | | ■ | | | ■ | | ۶ |
| | | | | | | ■ | | | | | ■ | | | | | ■ | | | | | | | ۷ |
| | ■ | | | ■ | | | | ■ | | | | | | ■ | | | | ■ | | | ■ | | ۸ |
| | | ■ | | | ■ | | ■ | | | ■ | | ■ | | | ■ | | ■ | | | ■ | | | ۹ |
| | | | ■ | | | | | | ■ | | | | ■ | | | | | | ■ | | | | ۱۰ |
| | | | | ■ | | | | ■ | | | | | | ■ | | | | ■ | | | | | ۱۱ |
| | | | | | ■ | | ■ | | | | | ■ | | | ■ | | ■ | | | | | | ۱۲ |
| | | ■ | | | | | | | | | ■ | | | | | | | | | ■ | | | ۱۳ |
| | ■ | | | | ■ | | ■ | | | ■ | | | | | ■ | | ■ | | | | ■ | | ۱۴ |
| | | | | ■ | | | | ■ | | | | | | ■ | | | | ■ | | | | | ۱۵ |
| ■ | | | | | | ■ | | | | | ■ | | | | | ■ | | | | | | ■ | ۱۶ |
| | | | | ■ | | | | ■ | | | | | | ■ | | | | ■ | | | | | ۱۷ |
| | ■ | | | | ■ | | ■ | | | | | ■ | | | ■ | | ■ | | | | ■ | | ۱۸ |
| | | ■ | | | | | | | | | ■ | | | | | | | | | ■ | | | ۱۹ |
| | | | | | ■ | | ■ | | | ■ | | | | | ■ | | ■ | | | | | | ۲۰ |
| | | | | ■ | | | | ■ | | | | | | ■ | | | | ■ | | | | | ۲۱ |
| | | | ■ | | | | | | ■ | | | | ■ | | | | | | ■ | | | | ۲۲ |
| | | ■ | | | ■ | | ■ | | | ■ | | ■ | | | ■ | | ■ | | | ■ | | | ۲۳ |
| | ■ | | | ■ | | | | ■ | | | | | | ■ | | | | ■ | | | ■ | | ۲۴ |
| | | | | | | ■ | | | | | | | | | | ■ | | | | | | | ۲۵ |
| | ■ | | | ■ | | | | ■ | | | | | | ■ | | | | ■ | | | ■ | | ۲۶ |
| | | ■ | | | ■ | | ■ | | | ■ | | ■ | | | ■ | | ■ | | | ■ | | | ۲۷ |
| | | | ■ | | | | | | ■ | | | | ■ | | | | | | ■ | | | | ۲۸ |
| | | | | ■ | | | | ■ | | | | | | ■ | | | | ■ | | | | | ۲۹ |
| | | | | | ■ | | ■ | | | | | | | | ■ | | ■ | | | | | | ۳۰ |
| | | | | | | | | | | | ■ | | | | | | | | | | | | ۳۱ |

۹. دریای عرب ـ خط کش مهندسی ـ ریشه ـ اسم بی‌انتها ـ مقابل خوب ـ موسیقی فرنگی
۱۰. نوعی فلز ـ رحمت الهی است ـ پسوندی برای دار ـ گونه‌ها ـ آقا و سید
۱۱. مقابل سرما ـ از شخصیتهای شاهنامه ـ خطی در کره زمین ـ خاطر و حافظه ـ انواع و اشکال
۱۲. بالاترین عنوان در اداره ـ معاون هیتلر ـ بازگشتن ـ دهان شوی
۱۳. باروی قایقرانان ـ مقامی در کلیسا ـ کابینه وزرا ـ دو حرف هم شکل
۱۴. تله ـ رسم کننده ـ واحدی در سطح ـ نوعی درخت
۱۵. علامت ـ ادامه دهنده ـ رودی در کشورمان ـ پول پیش اجاره‌خانه ـ تخته سنگ
۱۶. مراقب باشید نخورید ـ ساده‌لوح ـ تشکر و قدردانی ـ اشک ریزان
۱۷. شاعر مصلح دین ـ بعد از غذا می‌خورند ـ زیاد و فراوان ـ کرکس ـ روز تازی
۱۸. شهری در آلمان ـ مخترع تلفن ـ می کشند و جایزه می‌دهند ـ کلمه استثنا
۱۹. مقابل مرد ـ والی و حاکم ولایت ـ وقتش ایام عید است ـ باران اندک
۲۰. برادر حضرت موسی(ع) ـ جانور زوزه‌کش ـ حرف پوست کنده ـ صفتی برای خورشید
۲۱. نوعی چرم براق ـ مقابل روح ـ فرار لشگر ـ در این ایام بازارش گرم است ـ گیتی و جهان
۲۲. عزا و ماتم ـ گرفتگی رگهای پا ـ زادگاه نیما ـ فرمان و امر ـ آینده
۲۳. بوی ماندگی ـ مظهر زیبایی در طبیعت ـ فلز سرخ ـ جام معروف ـ مربایش معروف است ـ قدم یکپا
۲۴. عدس سرکنده ـ آزاد و یله ـ طرد شده ـ پیامبر ـ مایه حیات
۲۵. یاران و رفقا ـ زیبا و قشنگ ـ همسر ابراهیم(ع) ـ مقامی در سفارتخانه
۲۶. نوعی شیرینی ـ برای بافت قالی بر پا کنند ـ بانی صلیب سرخ ـ چراغ آسمان شب ـ درخت زبان گنجشک
۲۷. یازده ـ بدی ـ سنگریزه ـ پهلوان و گرد ـ یک دور بازی تنیس ـ ستون بدن
۲۸. چین و چروک پوست بدن ـ پوشیده شده ـ غرور ـ بی‌صبر و تحمل ـ تعجب کشیده
۲۹. بی‌سرپرست ـ زنگ و ناقوس ـ پیامبر خوش صدا ـ پایان و انتها ـ هدیه دادن
۳۰. شیپور بزرگ ـ تنگه معروف ـ نژادی در اروپا
۳۱. فرزندان آدم ـ اثری از "سعید نفیسی"

## عمودی:

۱. در این ایام رواج کامل دارد ـ اینها را در سر سفره هفت سین می‌بینید
۲. زن نازا و عقیم ـ کابین زن ـ دین ـ بی‌جا ـ بالا رفتن، رشد
۳. کاشف آسپرین ـ محله و برزن ـ ظاهر ساختمان ـ نوعی گل ـ لون ـ عضوی در بدن ـ یار ذهاب
۴. چای تازی ـ برای پابوس ائمه می‌روند ـ مجمع الجزایری در شمال اروپا ـ زیادی و توسعه ـ عضو گوارشی
۵. ضمیر اول شخص ـ سه کیلوگرم ـ تیر پیکاندار ـ کامل و جامع ـ اسناد بدون آد ـ رها ـ پایتختی در اروپا ـ دانه خوشبو
۶. دست ناقص ـ دورویی ـ طمع ـ روش و شیوه ـ مکان ـ زیرک ـ آبگیر
۷. نوعی تاریخ ـ رای گیری از مردم ـ مرضی عفونی در حنجره ـ جدا شدن از یکدیگر
۸. هفته نصفه نیمه ـ کودک و طفل ـ زائوترسان ـ روزگار و زمانه ـ نتی در موسیقی ـ از مصالح ساختمانی ـ تعجب خانمانه
۹. دو یار هم قد ـ رود اروپایی ـ پایتخت سابق آلمان ـ نزد ایرانیان است و بس ـ نیمی از بدشگون ـ زهر ـ بدی ـ اصغر و اکبرش در آسمان است
۱۰. آیین و سنت ـ شاهکار "پروسپه مریمه" ـ اثری از ابوالقاسم زمخشری ـ لیز خوردن ـ چینه و طبقه گلی
۱۱. خجالتی ـ یله و آزاد ـ کافی ـ فرهنگنامه نویس بزرگ فرانسوی ـ کاشف الکل ـ میوه تلفنی ـ نام کوچک مولف نامدار کتاب سرمایه
۱۲. شیطان ـ چلچراغ ـ زینت سر ـ یقه تمام نشده ـ ظرف آبخوری ـ معدوم و نیست شده
۱۳. خاندان حاکم در عربستان ـ افسانه و قصه ـ عنایت کردن ـ رگی در بدن انسان ـ رنگ مو ـ هوشیار و زیرک ـ جاری
۱۴. حمام معروف کاشان ـ مرکز کانادا ـ اثری از "پل ورلن" ـ دنیایی و عالمگیر ـ پست و فرومایه
۱۵. نقش سینمایی ـ سالی که آغاز می کنیم ـ شبیه و نظیر ـ از کمان رها شود ـ پرده دری و فحاشی ـ نفس ـ عضوی در صورت ـ تکیه دادن
۱۶. مرغ می‌رود ـ بسته بازاری ـ ساز چوپان ـ طناب ـ چاشنی غذا ـ سخت نیست ـ در تابستان ارج و قربی دارد
۱۷. سازمان علمی و فرهنگی ملل متحد ـ شهری در استان کردستان ـ کتابی از "اکتاویو پاز" ـ پوشیدن و مخفی کردن
۱۸. داخل ـ چین و چروک پوست بدن ـ نام آذری ـ نگاه کن ـ چهره و رخ ـ تنها و یگانه ـ مادر تازی
۱۹. فراوان ـ حرف فاصله ـ تکرارش صدای گوسفند است ـ فرشته ـ اصطلاح شطرنجی ـ خداوند ـ دشنام و فحش ـ از نهاد برآید
۲۰. از سبزیجات سر سفره ـ یکی از سیارات ـ شهری در جنوب روسیه ـ فرشته‌ای که با ماروت می‌آید ـ حیوان نجیب
۲۱. از دانه‌های روغنی ـ هفت تای سفره نشین نوروز ـ صورت غذا ـ زینت آلات خانمها ـ ساختمان ـ جسم آدمی ـ دفعه و مرتبه
۲۲. "دفینه" به هم ریخته ـ سبزی کباب ـ گیاه سرنشین ـ از شرکت‌های معروف تلفن همراه ـ جایزه کار خوب
۲۳. اثری از صادق هدایت ـ نوشته‌ای از ویلیام فالکنر

عاقل هرگز کلامی بر زبان نمی آورد که دیگران را غمگین کند
● ساموئل اسمایلز

## حل جدولهای شماره ۳۸۶۶

| | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱۰ | ۱۱ | ۱۲ | ۱۳ | ۱۴ | ۱۵ | ۱۶ | ۱۷ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ۱ | ت | ر | ب | ا | ن | ت | ی | ن | ■ | م | ا | ک | ر | و | و | ی | و |
| ۲ | ی | ع | س | و | ب | ■ | ی | خ | ح | ا | ل | ■ | ن | ا | ر | و | ا |
| ۳ | و | ا | ی | ت | ■ | م | ل | ■ | ک | ل | م | ه | ■ | ل | ا | م | س |
| ۴ | ک | ی | م | ■ | ف | ر | ا | ش | ■ | ی | ا | و | ه | ■ | م | ی | ت |
| ۵ | ر | ت | ■ | م | س | ت | ق | ی | م | ■ | ن | ی | م | ا | ■ | ه | ر |
| ۶ | ا | ■ | ن | ا | ی | ب | ■ | ر | ق | ص | ■ | ج | ر | ی | پ | ■ | ی |
| ۷ | س | ن | گ | د | ل | ■ | ت | و | ا | ف | ق | ■ | ا | ل | ن | گ | و |
| ۸ | ی | ا | و | ر | ■ | ب | س | ی | ط | ■ | ب | ا | ه | ر | ■ | ی | ش |
| ۹ | ■ | س | ن | ■ | ل | ا | ل | ه | ع | ب | ا | س | ی | ■ | پ | ل | ■ |
| ۱۰ | ا | ر | ■ | ش | ا | د | ی | ■ | ه | ا | ی | م | ■ | ک | ل | ا | و |
| ۱۱ | ک | ا | ر | گ | ر | ■ | ت | ک | ش | ی | ل | ■ | ک | ل | ی | س | ا |
| ۱۲ | و | ■ | س | ر | و | ش | ■ | ک | ا | ک | ■ | ا | و | ی | س | ■ | ت |
| ۱۳ | ا | پ | ■ | د | ب | ی | ت | ■ | ر | و | ا | د | ی | د | ■ | م | ر |
| ۱۴ | ر | ا | ک | ■ | ی | و | ا | ن | ■ | ت | ش | ک | ر | ■ | ک | ا | پ |
| ۱۵ | ی | س | ا | ر | ■ | ا | ب | ش | ش | ■ | ت | ن | ■ | ب | ا | ک | ه |
| ۱۶ | و | ی | ر | و | س | ■ | ل | ا | م | س | ه | ■ | ت | س | ل | س | ل |
| ۱۷ | م | و | ت | ا | س | ی | و | ن | ■ | ب | ا | ر | ب | ی | ک | ی | و |

اسامی برندگان جدول ۳۸۶۶

۱ـ سمیرا احمدی ـ شیراز
۲ـ محمد علی نژاد ـ تبریز
۳ـ سیمین محمدی نژاد ـ تهران

گفتگو با دکتر عبدالحمید حسین‌نیا متخصص گوش و حلق و بینی:

# شنوایی به مراتب از بینایی مهمتر است

عباس آذرخش

**دکتر عبدالحمید حسین نیا در سال ۱۳۴۷ وارد دانشکده پزشکی دانشگاه تهران شد و پس از پایان دوره تخصصی به عنوان عضو هیات علمی دانشگاه فعالیت های علمی-پژوهشی خود را شروع کرد. در کارنامه پژوهشی او علاوه بر نگارش بیش از ده کتاب، یادداشت‌های چاپ شده در نشریات گوناگون دیده می‌شود. علاوه بر این سردبیری دو نشریه هم از جمله فعالیت‌های رسانه‌ای این پزشک خدوم و پژوهشگر است.**

**✻ چرا شناسایی شنوایی کودکان مهم است؟**

ـ شنوایی در کودکان از این حیث حائز اهمیت است که اگر زود و خوب تشخیص داده نشود، کودک را از فعالیت گفتاری هم باز می‌دارد. یعنی نوزاد بعدها فاقد قدرت تکلم می‌شود و بر این اساس هست که امروزه هر نوزادی که به دنیا می آید، از لحاظ شنوایی مورد بررسی قرار می گیرد که آیا دارای شنوایی کامل هست یا خیر؟! واگر این موضوع زودتر تشخیص داده شود، هم برای ناشنوایی آنها می‌توان درمانی پیدا کرد و هم می‌توان به آنها ظرفیت گفتاری بخشید و با امکانات پزشکی کودک را به سمت شنوایی و درمان سوق داد.

**✻ چطور می‌شود از این کار اطمینان داشت؟**

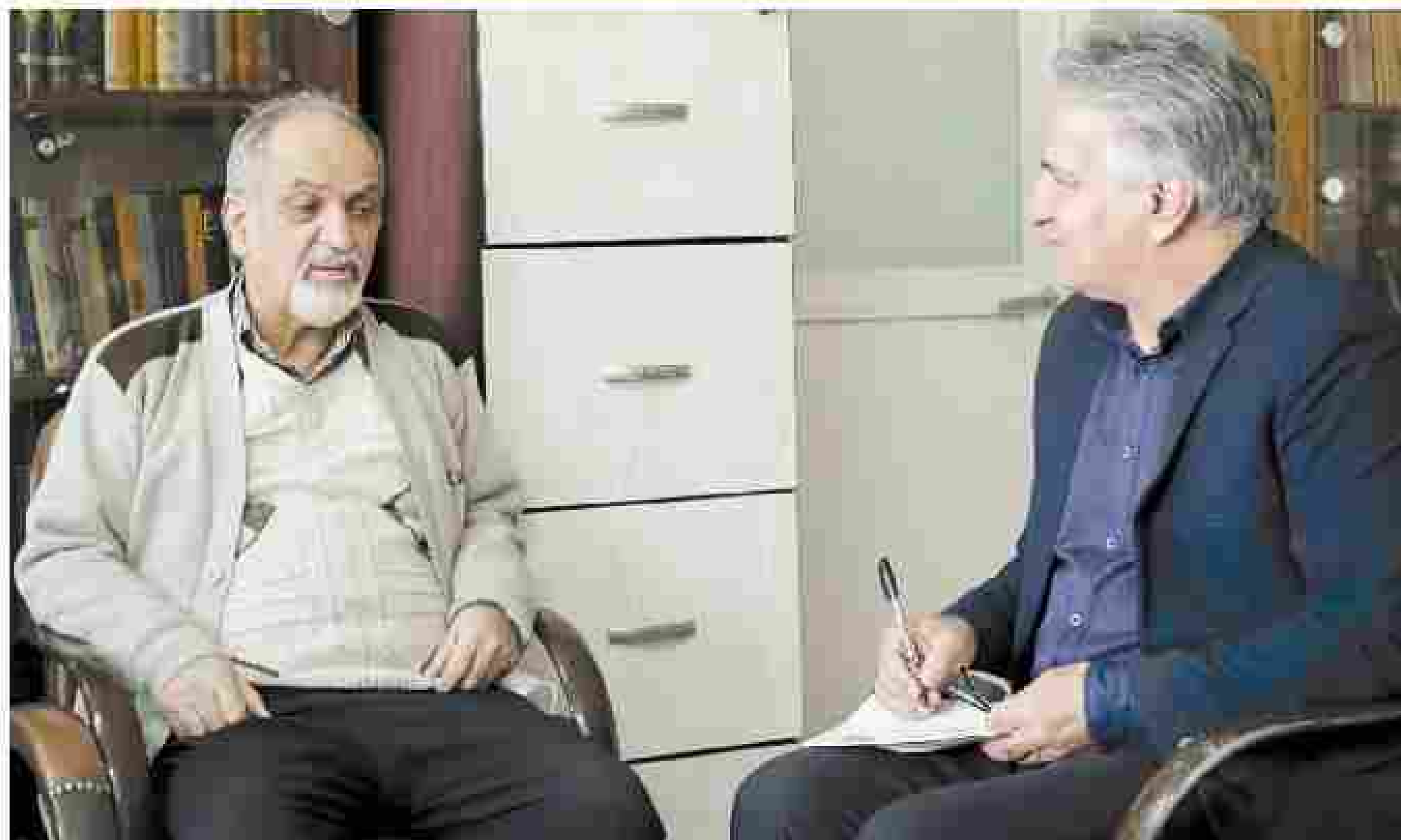
ـ جستجوی شنوایی در نوزادان به واسطه غربالگری شنوایی، این روزها به وسیله تجهیزات پیشرفته خیلی خوب انجام می‌شود.

**✻ چرا معتقدید غربالگری موثر واقع شده؟**

ـ وقتی که بودجه غربالگری کمتر از هزینه ناشنوایان است، پس غربالگری به عنوان پیشگیری مقرون به صرفه بوده و موثر است و اهداف ما بر این متمرکز شده است که نوزادان در بدو تولد، مورد بررسی میزان شنوایی قرار گیرند و در مجموع ما به محض کشف اختلال شنوایی، پیش از آنکه فرآیند گفتار شروع شود، کودک را زیر پوشش توانبخشی قرار می‌دهیم.

**✻ این روزها سوال خیلی‌ها این است که چه مواقعی کاشت حلزون باید انجام شود؟**

ـ اگر توانایی شنوایی به گونه‌ای وجود داشته باشد، می‌توان از سمعک بهره برد و اگر شنوایی به طور کامل از بین رفته باشد، آنگاه باید به فکر کاشت حلزون باشیم. وقتی شنوایی را به کودک بازمی گردانیم، کودک آموزش تکلم



را خواهد دید و در جرگه شنوایان قرار خواهد گرفت.

**✻ کم شنوایی را خیلی‌ها خوب نمی‌شناسند، لطفاً در این باره بیشتر بگویید.**

ـ قدرت شنوایی به صورت خلاصه به طیف زیر تقسیم می‌شود: خفیف، متوسط، شدید و عمیق که بیشتر از آن یعنی ۱۰۰ درصد، کودک ناشنوا است. تا این درجات کودک با سمعک قابل توانبخشی است اما اگر قدرت شنوایی کودک به مرز ۱۰۰ برسد، کودک ناشنوای مطلق است و در این شرایط هست که باید برای کاشت حلزون اقدام کرد.

**✻ کج شنوایی اصطلاحی است که این روزها می‌شنویم، این چطور مشکلی است؟**

ـ درجه‌ای بین طیف صفر تا ۲۰ دسی‌بل وجود دارد که افت شنوایی محسوب می‌شود که به آن کج شنوایی ملایم می گویند که‌چندان مهم نیست.

**✻نقل قولی است از هلن کلر که گفته است، اگر قرار بود بین بینایی و شنوایی یکی را انتخاب کنید، کدام را انتخاب می کردید و او در جواب گفته بود؛ شنوایی! به نظر شما چرا؟**

ـ برخلاف تصور عموم مردم، شنوایی از بینایی، در ارتباط با جهان ارزش بیشتری دارد. زیرا اگر شنوایی نداشته باشیم، گفتار مختل می‌شود. در صورتی که انسان نابینا می‌تواند سخن بگوید و دچار اختلال نشود. از سوی دیگر، ما بینایی را در یک طیف ۱۷۰ تا ۱۸۰ درجه مثلثاتی درک می کنیم، در صورتی که شنوایی در ۳۶۰ درجه نفوذ دارد. انسان پشت سر خود را نمی‌بیند، ولی پشت سر خود را می‌شنود و دلیل دیگر، دید یک طیف افقی دارد، در صورتی که شنوایی در همه محورهای جمجمه وجود دارد. بر این اساس هلن کلر، که هم نابینا بود و هم ناشنوا، به درستی شنوایی را بر بینایی ترجیح داده است.

**✻ آیا مشکلات مغزی هم می‌تواند در ناشنوایی اختلال ایجاد کند؟**

ـ تمام حواس محیطی به سیستم مرکزی سالم نیازمندند و اگر این سیستم به هر دلیل دچار اختلال شود می‌تواند بر تمامی بخشها تاثیر منفی بگذارد.

### جدول سودوکو ویژه نوروز

اعداد ۱ تا ۹ را در هر سطر و ستون و مربع‌های کوچک ۳×۳ طوری قرار دهید که هر عدد فقط یک بار درج شود.

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | ۱ | | ۵ | | | | |
| ۴ | ۵ | | | ۸ | | ۱ | ۲ | ۳ |
| | ۸ | | ۴ | ۱ | | | ۷ | ۵ |
| | | | | ۷ | | ۲ | | ۶ |
| ۲ | ۷ | ۸ | | ۶ | ۹ | | | |
| | | ۹ | | ۳ | | | ۱ | ۷ |
| | | | ۵ | | | | | |
| ۸ | ۴ | ۵ | | ۲ | ۳ | ۹ | | ۱ |
| | ۹ | ۲ | | | | | ۵ | ۸ |

# جدول شرح در متن

- مراد مولوی – تخم مرغ / بیانیه – از غزوات / ستاره – دیروز / نشان مفعول صریح – خاسر / نیزه کوچک – آژان – جوی خون / بی کار – ورزش ماتادورها / شترگاوپلنگ – لسان / وسط – مملو / درخت زبان گنجشک – میوه‌ای مقوی
- کشوری در اروپا / فرزندزاده
- مرکز کانادا / گیاه آفتاب گردک – عطر شیرینی / اختیاری – جنین / خوراک پیپ – اهریمن
- چوبی گرانبها / کتاب زرتشت – درخشان / رصدکردن ستارگان – خاندان / خباز
- شهری در آلمان / لب – سریر / یکدیگر را فهمیدن – باد سخت / برگزیده شده – خبر عروس شهرهای جهان
- قادر / منت نهاده شده – منتظر فرصت / نامرغوب – ضربان / اختیاردار
- خودکار – فاسد کننده / پدر و مادر – موریانه / کیانا – بردمعروف / کشور موسیقی – سیاره زحل
- خرج بیهوده / بختک – تورم گلو / سرگردان
- خسته – جمع آن / کمیسری – لقب سام نریمان / حامل فیزیکی – سرمه / قصیر – پرنده‌ای خوش آواز
- مودب / روشنایی‌ها – آستان / برشته – پرنده زیبا / رزمنده
- نزد / عقیده – خرگوش ماده / لباس حج – دیگ بخار / حکمرانی – مکان مقدس در مکه / زمان‌ها
- تره تیزک / مساوی – رشوه گرفتن / پیش‌قراول – ماه پاییزی / گذشته
- یار بابا آدم / صنم – علم حروف / از توابع سقز – مرطوب / حاشیه – قاصد
- سختی / خلافت دارد – صورتحساب / از ادوات تدخین – کشوری عربی / نادر
- چهره / استانی در غرب – نزدیک / فلز سرخ – شریک / امر خارق‌العاده – چراغ دریایی
- خالق مثنوی / شهری در فارس – رایزن / غرامت – شکوه / نیست‌شده
- خوراک چهارپایان – پول ژاپن / شهری در سوییس – فلزی ضدزنگ / سرانگشتان – به تاخیر انداختن / جانوردریایی – کشتی جنگی / ممارست
- پدر / ضمیر وزنی – علامت جمع / شهر سهراب سپهری – سرگذشت / پوستین – جوهر مازو / بالا به انگلیسی
- مخوف / سوغات اصفهان – عید پارسیان / فصاد – خیزران / جار – هم صدا
- جاهل / کشور تزارها – خود را به نادانی زدن / کتاب شعر – فرایند / کرایم
- واحد سطح / طریقه – پرتو ماه / نام – اشاره به دور / آرزو – قورباغه درختی / کوچک – دست / بایگانی – لاابالی
- لانه حیوانات / سرنیزه – از توابع زنجان / نوعی ریاست – آفت گندم / دیدنی نظامی
- پسر حضرت داود(ع) – از چاشنی‌ها / مرکز تبت – سازی ایرانی / جانوران وحشی – سازی زهی / اسب امام حسین(ع) – درخت راست‌قامت / کم عرض
- یار ویس / روحانی زرتشتی – نوعی انگور / بخشنده
- تکرار حرف / تصدیق روسی – قرض / درخت کریسمس – کرانه / خالص – شهربین راهی / سگ – عنوانی اشرافی در انگلستان
- مرکز / فرمان خودرو – اثر رطوبت / قومی ایرانی – کامل / ویتامین انعقادی – بغل / حرف فاصله – دانه معطر / مایع حیات
- شهر تشنگان / پیام کارکنان مجله به شما – اندام پرواز – نمایندگی کردن – یاری دهنده



## علی کفاشیان:
# الان که سرم خلوت است در کارخانه کمک می کنم

علی کفاشیان، قریب به یک دهه مسئول اول فوتبال کشور بود. هنوز هم گرچه خود می گوید هیچ کاری با فدراسیون ندارد اما رسماً نایب رئیس فدراسیون است. می گوید حوزه ورزش همیشه یک زنگ تفریح برای ریاست‌های جمهوری بوده است. او حالا که به قول خودش سرش خلوت شده درباره مسائل مختلفی حرف زده است از جمله موارد سیاسی، زندگی شخصی و البته حواشی ورزش...

**✻الان شما نائب رئیس نیستید یا هستید؟**

مجمع قبلی که انتخابات انجام شد، بنده به عنوان نائب رئیس اول انتخاب شدم. تا فروردین هم در این پست فعالیت می کردم، ولی به علت بازنشستگی از فعالیت کناره گرفتم و تا زمانی که نائب رئیس اول در مجمع بعدی انتخاب نشود، فعلاً نائب رئیس هستم ولی عملاً فعالیتی ندارم.

**✻داستان محرومیت شما چه بود؟**

موضوع مربوط به یک قرارداد برای گرفتن حق پخش بود. حدود هفتاد هزار دلار کمیته بازاریابی ما به عنوان پیش پرداخت به یک شرکت پرداخت کرده بود که به تعهداتش عمل نکرد و پول ما را هم نداد و ما بقیه قرارداد را فسخ کردیم خوشبختانه سرویسی هم به او نداده بودیم. دنبال پیگیری و شکایت هم بودیم اما چون طرف در خارج بود دیدیم باید دوبرابر آن را برای وکیل و دادگاه هزینه کنیم ولذا ترجیح دادیم از طریق AFC آن را ممنوع المعامله کنیم که این کار را کردیم و این شرکت سر مالزی و سنگاپور و چند کشور دیگر هم کلاه گذاشت وقتی کمیته اخلاق تشکیل شد تشخیص داد هم مسئول بازاریابی و هم بنده محروم شوم.

**✻قصه برادر خانم شما چه بود؟**

در فدارسیون فوتبال دو صاحب امضا داریم که یکی خزانه‌دار است که از سوی مجمع انتخاب می‌شود و چک‌ها و همه اسناد را امضا می‌کند و یکی هم رئیس فدارسیون است، وقتی کارها را او امضا می‌کرد من چون وقت نمی‌کردم مسائل مالی را امضا کنم، ایشان کنترل می‌کرد و با کنترل او من امضا می‌کردم، ولی به هیچ عنوان صاحب امضا نبود.

**✻هیات رئیسه الان کدام کشورها هستند؟**

از ایران که الان آقای تاج در هیات رئیسه هستند و ۱۶ کشور دیگر حضور دارند. ۷-۶ کشور عربی هستند، ولی سوریه نیست و از کشورهای شرقی، ژاپن و کره شمالی حضور دارند. البته یکسری کشورهای دیگر همانند کامبوج و ویتنام هم عضو هستند.

**✻آن زمان که شیخ سلمان دوباره انتخاب شد، شما رقیب او بودید. درست است؟**

نه، من هیچ وقت رقیب او نبودم. آقای شیخ سلمان رئیس AFC بود و یک زمان قبل از آن آقای بن همام رقیب ایشان بود که ایشان از قطر بود و سعی کردند او رای نیاورد ولی با لابی‌های سنگینی که کردند رای آورد در دوره بعد آقای شیخ سلمان بود و از امارات و قطر هم بودند و با لابی‌هایی که با هم کردند کنار آمدند و آن‌ها کنار رفتند و آقای شیخ سلمان تنها فرد نامزد ماند و انتخاب شد.

**✻شما برای نائب رئیسی بودید.**

بله. ۵ قسمت در آسیا هست که از هر قسمت یک نائب رئیس می آید. بخش ما ازبکستان، افغانستان، تاجیکستان، ایران و قزاقستان و قرقیزستان است. این دوره هم که آقای تاج از همان بخش انتخاب شدند.

**✻ لابی‌های قوی در AFC دست کیست؟**

در لابی‌های قوی حتی کشورهای شرقی دخیل نیستند و لابی‌ها دست امارات، قطر و خود بحرین است، و بخشی هم ژاپن است که از حق و حقوق خودش دفاع می کند و زیاد در مسائل دیگر دخالت نمی کند و این دفعه کره جنوبی، عربستان و ازبکستان یک گروه تشکیل دادند تا رأی خود را به کرسی بنشانند که نتوانستند.

**✻برخی معتقدند در عالم ورزش که این همه روی آن مانور می کنند نباید سیاست حاکم باشد**

بله اما در بحث بین‌الملل مسائل سیاسی در ورزش دخیل هست. به طور مثال یک زمانی میزبانی جام جهانی فوتبال را می‌خواهند برای روسیه بگیرند که خود آقای پوتین برای دفاع رفت و محکم ایستاد و گفت ما آماده هستیم و هزینه می کنیم و کار می کنیم. اما در کل من معتقدم سه عامل در مسائل بین‌الملل در لابی‌ها موثر است؛ یکی ثبات در مدیریت است؛ به طور مثال همین کویتی که مثال زدم ۳۰ سال است که تمام رشته‌های المپیک داخل این کشور هست و همه را می‌شناسد و همه جا رفته و ارتباط بسیار قوی دارد و دومین نکته این است که پول خرج می‌کنند، هزینه می کنند. ، وقتی از کشورها برای میزبانی دعوت می کنند پول بلیط و پول هتل آن‌ها را می‌دهند تا چند روز بیایند و بعداً کادوهایی به آنها می دهند و این‌ها خیلی موثر است و کمی علم و اطلاعات و داشتن یک زبان خوب و دیپلماسی خوب و من فکر می کنم ما این را نداشتیم. پول زیاد نتوانستیم خرج کنیم، ثبات در مدیریت هم نبوده است البته خودم ۸ سال در فدراسیون فوتبال بودم، ۸ سال رئیس بودم و ۳ سال نائب رئیس بودم و دائم آشنا شدیم و حرف تاثیر داشت ولی به حدی تاثیر نداشت که بخواهیم یک سیاستی را برگردانیم یا تغییر دهیم.

**✻ و این یعنی فدراسیون فوتبال سیاسی است.**

بله. من یک زمانی در دو و میدانی بودم و همیشه با فوتبال خوب نبودم، چون آن روزها هر وقت مسابقه فوتبال بود، مسابقه ما را به هم می‌زدند و می گفتند اول آنها مهم هستند و بعد که معاونت وزارت ورزش شدم، دیدم ۹۵ درصد ورزش دنیا فوتبال است.

**✻چه سالی ازدواج کردید؟**

سال ۱۳۵۹ ازدواج کردم.

**✻چطور با حاج خانم آشنا شدید؟**

ما با ایشان از طریق برادر ایشان که آقای طباطبائیان بودند همکلاس بودیم و دیدیم خانواده خوبی هستند. به ما هم آن زمان می گفتند می‌خواهید ازدواج کنید به خانواده نگاه کنید. بالاخره انقلابی بودیم و این خانواده مذهبی و خوب بودند و با هم ازدواج کردیم.

**✻مهریه چقدر بود؟**

مهریه آن زمان ۱۰۰ هزار تومان بود. آن زمان روحیات انقلابی داشتیم و نه سالن و نه مراسمی بود و در خانه عقد را برگزار کردیم و خطبه عقد را یکی از روحانیون مسجد خواند.

**✻در تهران کدام محله بودید؟**

ما نواب و سالار و سلسبیل بودیم.

**✻ گفتید عروسی هم ساده برگزار کردید.**

بله. خیلی ساده بود. حتی به یاد دارم مراسم

عقد در دو اتاق منزل پدر خانمم بود و خیلی این‌ها پرجمعیت بودند و خیلی در همان دو اتاق شلوغ بود. عروسی را به یاد دارم در ماه رمضان بود و دنبال خانه بودیم و یک خانه پیدا کردیم. بالاخره یک خانه اجاره‌ای پیدا کردیم و اسباب‌مان را چیدیم و گفتیم عروسی کنیم. گفتند ماه رمضان است و اجازه بدهید بعد از ماه رمضان باشد. گفتیم چه اشکالی دارد و مگر خلاف است؟ روز تولد امام حسن (ع) بود و همان زمان دست خانمم را گرفتم و یک افطاری به آقایان و یک افطاری به خانم‌ها دادیم و سر زندگی خودمان رفتیم.

***برای عروسی افطاری دادید؟**

بله. افطاری خوردند و بعد سر زندگی رفتیم.

***در کارخانه به حاج خانم کمک می‌کنید؟**

بله. مخصوصاً الان که سرم خلوت است. ظرفی می‌شوریم، خرید خانه را انجام می‌دهیم. اما غذا درست کردن خیلی بلد نیستم.

***تفریح آقای کفاشیان چیست؟**

من ورزش می‌کنم. تفریح من فقط ورزش است و یا مسجد رفتن که کیف می‌کنم حتی در مسجد جامع شهرک غرب هم عضو هیات امنا هستیم و کمک می‌کنیم. ورزش هم هفته‌ای ۶-۵ روز چند کیلومتری می‌دوم و نرمش دارم.

*** شما در ۲۴ سالگی رئیس فدراسیون دو و میدانی شدید، درست است؟**

بله. همان زمان حاج مصطفی داوودی که خدا ایشان را رحمت کند، اکثر فدراسیون‌ها را بچه‌های جوان گذاشت که همه مسئولیت دارند مانند آقای خسروی وفا، سجادی و کسانی که هنوز هم مسئولیت دارند از زمان ایشان بودند و هستند. من تا سال ۱۳۸۰ دو و میدانی بودم و در سال ۸۰ معاونت سازمان تربیت بدنی شدم.

*** زمان آقای احمدی نژاد به شما گفتند نامزد فدراسیون فوتبال شوید که بعد کنار بروید تا آقای علی آبادی رأی بیاورند؟**

بله. ما هم گفتیم اگر اینجور باشد اشکالی ندارد، چون نه زیاد به فوتبال وارد بودم و نه بلد بودم و در معاونت ورزشی دبیر کل المپیک بودم ولی زیاد در فضای فوتبال نبودم. با ایشان آمدیم و در مجمع انتخاب شدیم و یکباره گفتند ایشان نمی‌تواند انتخاب شود و فقط ما ماندیم و رای هم دستی بود و بعد گفتند صلوات بفرستید. یکی از اعضای مجمع گفت بگویید بلند شوند تا بدانیم چند نفر بلند می‌شوند. بقیه بلند شدند. چاره‌ای نبود و باید انتخاب انجام می‌شد.

***آقای علی آبادی چرا اینقدر اصرار داشت خودشان رئیس فدراسیون شوند؟**

خیلی به فوتبال علاقه داشتند. خود آقای احمدی نژاد گفته بودند خودتان بشوید بهتر است.

***همان زمانی که آقای دادکان بر کنار شد؟**

بله. آقای دادکان که بر کنار شد یک سال و نیم فدراسیون ما تعلیق شد. یک سرپرست گذاشتند و یک گروه ۶ نفره، ۳ نفر از طرف AFC و فیفا بودند و سه نفر از طرف ایران بودند که جمع شدند و اساسنامه را درست کردند و ... را انجام دادند بعد انتخابات را برگزار کردند.

*** در مذاکره با آقای دایی چه گذشت؟**

در دفتر آقای علی آبادی بود که بیشتر ایشان مذاکره کرد و گفتیم که توانمندی آقای علی دایی کم نیست. ایشان فرد شناخته شده‌ای در فوتبال بود و بهترین بازیکن بود و مربیگری را آن زمان شروع کرده بود و در سایپا مربی بود و کار خوبی داشت و زبان بلد بود. ارتباط بین‌المللی داشت و این صحبت‌ها را کردیم و با صحبتی که شد، ایشان را به عنوان مربیگری آوردیم و کار انجام شد. نظر ایشان مثبت بود که آمد اصولاً آقای دایی اگر نظر منفی داشته باشند جایی نمی‌روند.

*** بازی‌ها شروع شد و ...**

بله. به بازی‌های عربستان رسید. عربستان را متاسفانه دو یک باختیم که آن خاطره تلخی شد و آقای احمدی‌نژاد آمده بود و آقای علی آبادی بودند. روز بعد هیات رئیسه تشکیل جلسه دادیم و نظر این بود که آقای دایی نباشد و مربی دیگری بگذاریم و الان به عربستان باختیم. ته دل من خیلی موافق این کار نبودم ولی هنوز به مسائل فوتبال خیلی مسلط نبودم. من تازه آمده بودم و با نظر هیات رئیسه این تغییر را انجام دادیم که سراغ آقای مایلی کهن رفتیم. ده روزی ایشان عملاً نیامد و باز کنار رفتند و در ادامه آقای قطبی را آوردیم.

*** آقای مایلی کهن پیشنهاد که بود؟**

در این باره هم جلسه‌ای گذاشتیم که آقای علی آبادی بودند، آقای تاج و من و دو سه نفر دیگر و هیات رئیسه بودند. افراد مختلف را ارزیابی کردیم اعم از آقای قلعه نویی، مایلی کهن و دیگران را ارزیابی کردیم و رای‌گیری کردیم و در نهایت آقای مایلی کهن بیشترین رای را آورد که آنجا باشد. ایشان آمد و انتخاب شد و ۱۰ روزی بودند و بعد یکسری مصاحبه‌ها شد و گفتند ایشان نباشد.

*** کی‌روش را چه کار کردید؟**

آن زمان رئیس سازمان تربیت بدنی دکتر سعیدلو بودند. گفت مربی‌ای بیاورید که در یکی از مسابقات جام جهانی مربی بوده باشد. جام جهانی آفریقای جنوبی بود. ما گشتیم و یکی دو مربی بودند و یکی آقای کی‌روش بود که مربی پرتغال بود و از آنجا کنار آمده بود. مشکل انضباطی با فیفا سر مسائل دوپینگ داشت. ایشان را آوردیم و صحبت کردیم. ابتدا قبول نکرد و بعد گفت می‌آیم و دو سه بار آمد و رفت و ارزیابی کرد به عنوان مربی آوردیم و همان مربی بود که مربی پرتغال بود. به فدراسیون پرتغال گفتم آقای کی‌روش چطور است؟ چرا عوض کردید؟ گفتند مربی خوبی از نظر فنی است ولی خیلی بداخلاق است. ما را اذیت کرد. گفتیم اشکالی ندارد، بداخلاقی را به جان می‌خریم ولی مربی خوبی باشد که الحمدالله ایشان آمد و کار ایشان خوب بود و توانست خود را نشان دهد.

*** گفتید چند جا کی روش خیلی حرصم داد.**

بله. یکی استرالیا جام ملت‌ها بود. یکی در برزیل جام جهانی بود. خیلی اذیت کرد که همان جایی که حساس بود و باید می‌رفت و تیم را آماده می‌کرد گفت من نمی‌آیم، این امکانات را می‌خواهیم و برای بچه‌ها این امکانات را بدهید. من هم خیلی ناراحت می‌شدم از اینکه یک نفری در جایی که گلوی ما گیر است و چاره‌ای نداریم اصرار می‌کند این را می‌خواهم. گفتم بعداً نگاه می‌کنیم ولی قبول نمی‌کردند و باید قول را بدهید. قول می‌دادید رها نمی‌کرد و باید قول انجام شوم. من انجا خیلی حرص خوردم و ناراحت شدم. در استرالیا هم سر یک ورزشکار ما که آسیب دیده بود و دست او شکسته بود، گفت باید در اردو باشد. گفتیم این را بفرستید برود. این مقدار هزینه عمل و بیمارستان گران است ندهیم. به ایران برود و همه هزینه را پرداخت می‌کنیم. قبول نمی‌کرد و می‌گفت باید با تیم باشد.



عده‌ای بزرگزاده می‌شوند، عده‌ای بزرگی را بدست می‌آورند

• شکسپیر

**درباره علی کفاشیان**

متولد ۱۳۳۱ در نائین دارای دو فرزند پسر و یک دختر (اولی مهندس سایپا، دومی کارمند شرکت نفت و دختر هم مهندس عمران و مربی تنیس) دارای یک خواهر و سه برادر و یک نوه ۶ ساله. ورودی سال ۵۴ دانشگاه شهید بهشتی و دارای فوق لیسانس تجارت بین‌الملل از هند و کارمند بانک مرکزی رکورددار دوی ۱۱۰ با مانع کشور، رئیس اسبق فدراسیون دوومیدانی، رئیس ۸ساله فدراسیون فوتبال و نایب رئیس این فدراسیون.

بقیه از صفحه ۱۳



مرخصی و به منزلتون سر می‌زدیم، با اینکه حس می‌کردم دلم واســه ملیحه داره می‌لرزه، اما به حرمت رفاقتمون باز هم بهش می‌گفتم "آبجی"! شــاید الان عمه‌ات بهت نگه، اما خودش یادشــه که اولین بار این ملیحه بود که با خنده به من گفت: "من باید کیو ببینم که شما به من نگی آبجی، تا من هم بهت بگم بوتیمار جان؟!"

صدای آقا بوتیمار به بغض نشســت و صورت عمه ملیحه هم به رنگ خون شــد. چند ثانیه سکوت بود و بوتیمار بغض را پس زد و حرفش را ادامه داد: "اینطوری بود که من شــدم عاشــق ملیحه خانم، اما به حرمت پدرت و با اینکه خود فریدون هم از زبان خواهرش شــنیده بود که عاشــق منه و می‌دونست که من هم خواهرش رو دوست دارم، اما همچنان بهش می‌گفتم "آبجی ملی"! تا کم کم به روزهای آخر خدمت رســیدیم و یک شــب توی پادگان، فریدون به من گفت: "ســال گذشــته ملیحه که دیپلمش رو گرفته، سربازیمون هم تموم بشه، خودم آبجیم رو واسه تو خواستگاری می‌کنم بوتیمار" آن روز و تا چند هفته بعد که کارت پایان خدمت رو گرفتیم، خودم رو خوشبخترین مرد دنیا می‌دونستم که قراره "شــوهر خواهر" بهترین رفیق دنیا بشــم و با دختــری ازدواج کنم که خــودش اولین بار گفت عاشــق منه! ولی کور خونده بــودم، یعنی بابات هم زده بود به تیر دروازه! چرا که وقتی برگشــتیم تهران و هنوز یک هفته نگذشــته بود که فهمیدیم ملیحه خانم دســتش بند شده! به چی؟ به تریاک! اصلاً هیچکدوم باورمان نمی‌شد؟ وقتی هم فریدون از خواهرش پرسید "چرا و چطوری؟" همین عمه ملیحه تو که از ترس برادرش پشت من سنگر گرفته بود که خشم فریدون نگیــردش! همین ملیحه خانم با گریه گفت: "تقصیر یکی از همکلاســی‌هام بود، باباش تریاکی بود، همکلاســی من هم می‌گفت: اگر آدم دو تا پک به وافور بزنه تا صبح خوابش نمی‌بره" من هم که مثل دوســتم داشــتیم واســه کنکور درس می‌خوندیم، به این نیت که با "دو تا پک" تا صبح بیدار بمونیم و توی کنکور قبول بشیم، شبها تا صبح بیدار می‌موندیم، اما توی کنکور که قبول نشدیم هیچی، حالا معتاد هم شــدیم"! آقا بوتیمار ســری تکان داد و رو به من گفت: "این حرفها رو همین عمه خانمت گفت، اگر دروغ می‌گم تف بندازه تو صورتم!"

حالا رنگ صورت عمه ملیحه مانند کت آقا بوتیمار شــد و او لبخندی زد و ادامه داد: "روزگار جالبی شــده بود بین من و بابات؛ من سعی می‌کردم فریدون رو آرام کنم که مبادا خواهرش رو نادیده بگیره! فری هم تلاش داشــت به من بفهمونه که نباید به خاطر این خلاف خواهرش، من از عشق ملیحه بگذرم! همین کار رو هم کردیم؛ فری شد بهترین برادر دنیا و من هم شدم صبورترین عاشق دنیا! آن روزها مثل الان نبود که داخل کلینیک راحت بشــه ترک کرد، واســه همین دو ماه دوتایی کنج خونه نشستیم تا ملیحه ترک کنه، من تازه یک پیکان خریده بودم که باهاش کار می‌کردم تا فریدون بتونه آبمیوه و داروی ترک برای خواهرش بخره، تا بالاخره آبجی ملی هم همت کرد و مواد رو گذاشــت کنار و یک روز هم فریدون به من گفت: "بگذار توی کنکور قبول بشه و بعدش ازدواج کنید" من هم از خدا می‌خواســتم زنم تحصیلکرده باشه، چه اشکالی داشت من دیپلمه باشم و زنم لیسانس و حتی دکتر بشه؟ زد و ملیحه خانم در دانشکده هنر قبول شــد و هنر خواند و رفت رشته مجسمه‌سازی من هم کارمند بودم داشتم بساط خواستگاری رو جور می‌کردم که یک روز فریدون آمد سراغم و در حالی که از چشماش خون می‌بارید گفت: "می‌خوام ملیحه رو بکشم که به تو نارو زده"! و آن موقع بود که فهمیدم ملیحه خانم با همدانشگاهیش که بچه مایه داره، قرار ازدواج گذاشته! خیلی کارها می‌تونستم بکنم، می‌تونستم فری رو آنتریک بکنم، یا خودم از ملیحه انتقام بگیرم، اما هیچ کدوم از این کارها رو نکردم و به پدرت گفتم: "کی گفته دختری رو که دوست داری حتما باید زنت بشه؟ من میگم اگر دوستش داری باید از خوشبخت شدنش خوشحال بشی، حالا ملیحه فکر می‌کنه با همکلاسیش خوشبخت میشه؟ ما رو بس!"

عمه ملیحه هنوز ســرش پایین بود، اما بوتیمار برخــلاف دقایقی قبل، نه با شــور و حرارت که با صدایی که انگار از ته چاه درمی‌آمد ادامه داد: "اینطوری بود که عمه شــما دوباره واسه من شد "آبجی ملی" اما دیگه ندیدمش" یعنی به خــود پدرت هــم گفتم: "فریدون بهتره دیگه همدیگــر رو نبینیم" بیخودی این رو نگفتــم، چون من خودم رو می‌شــناختم که نمی‌تونم ملیحه رو فراموش کنم! واســه همین فریدون هم که من رو می‌شناخت، اصرار نکرد و ملیحه که عروس شــد، من هم سوت شدم و هرچند که اوایل سالی یک بار تلفنی با پدرت عید رو تبریک می‌گفتیم، اما از وقتی عمه ملیحه شــما مادر شــد، فقط یکبار با فریدون تماس تلفنی داشــتم، آن موقع هم موقعی بود که داماد شــد و با مادرت ازدواج کرد و من بهشون تبریک گفتم و... و دیگه از هم خبر نداشتیم تا هفته قبل که تو از طریــق دفترچــه تلفن پدرت من رو پیدا کردی و همه چیز رو گفتی و الان هم اینجا هســتم که...بوتیمار بی‌اختیار صدایش بالا رفت و رو به عمه ملیحه فریاد زد: "بی‌معرفت، منو سوزوندی؟ به درک...من بعد از تو و تا الان ازدواج نکردم، بــاز هم به درک! اما تو چطوری راضی شــدی با فریدون ایــن کار رو بکنی؟ با برادری که خودش نرفت دانشــگاه تا تو بری دانشگاه، خودش سختی کشید تا خواهرش ســختی نکشــه! می‌دونم "فری" حماقت کرده که معتاد شده، اما تو به جای اینکه نگذاری از غم مرگ زنش خاکسترنشین بشه، اینطوری رفتار کردی که بایکوتش کنی؟ الحق که بی‌معرفتی توی ذاتته ملیحه!"

شــاید بوتیمار نفهمیــد و بی‌اختیار نگفــت "آبجی ملی" اما عمــه ملیحه با عصبانیت رو به من گفت: "ببینم فروغ، تو به بوتیمار نگفتی که من دو بار پدرت رو ترک دادم؟ نگفتی مرتبه آخر خوابوندمش توی کلینیک و..."

بوتیمار به جای من پاســخ عمه را داد: "گفت، همه اینها رو گفت، این رو هم گفــت که تو برخلاف من و برادرت که ســعی می‌کردیــم بهت اعتماد به نفس بدهیم و مدام تشــویقت می‌کردیم تا تــرک کنی، اما تو مدام برادرت رو تحقیر می‌کردی و می‌زدی تو سرش! یعنی تو "فری" رو نمی‌شناسی که اگر کسی اونو تهدید کنه، بدتر می‌کنه؟ وانگهی؟ دو بار ترکش دادی؟ ســه بار ترکش دادی، چــرا جا زدی؟ ده بار دیگه امتحان کن، صد بار دیگه کمکش کن، اما تحقیرش نکن... ملی خانم از من که گذشت... اما در حق فریدون نامردی نکن!

آقا بوتیمار اینها را گفت و بدون اینکه منتظر پاســخی باشد از عمارت خارج شــد. اما قبل از اینکه باغ را ترک کند، صدای تند موزیک، لابلای هق هق عمه ملیحه به سکوت نشست. آقابوتیمار لختی مکث کرد، ایستاد، به پنجره اتاقی که من در قابش ایستاده بودم نگاه کرد. برایش دست تکان دادم، آقا بوتیمار لبخند زد و با آرامش رفت...



***

یــک ماه بعد وقتی به کلینیک تــرک اعتیاد رفتم تا مانــند هر روز پــدر را ملاقات کنم دســتم را گرفت و گفت: "وقتــی آبجــی ملیحه اومــد و داخل آن پارک مقابلم نشســت و با گریه گفــت: "داداش تــو رو خدا ترک کن..." یاد روزی افتــادم که من هم غرورم رو شکستم و به عمه‌ات گفتم: "آبجی ملی تو رو خدا ترک کن" واسه همین همان لحظــه به خودم گفتم: "به خاطر کنتس کوچولو و این همه زحمتی که کشــیده تــا بوتیمار رو پیدا کنه که باعث بشــه "آبجی ملی" به خــودش بیاد... به خاطر فروغ هم که شــده ترک می‌کنم!"... خندیدم و گفتم: "عمو بوتیمار هم مثل شما بــه عمه ملیحــه میگه آبجی ملی!"... پدر که منظورم را فهمیده بود بغلم کرد و گفت: "بگذار از اینجا خلاص بشم، آن وقت مطمئن باش بوتیمار دیگه نمی‌گه آبجــی ملی! حق با پدر بود؛ حالا بعــد از پنج ماه که از ترک پدر می‌گذرد و او کاملاً پاک شده، همه وقتش را گذاشته برای عروسی رفیقش و خواهرش که قرار است در نوروز امسال، عشق قدیمی را تازه کنند.

**نوروزتان مبارک. م-ط**

حمیده اخوان

# این گیاهان را بپزید

البته خام گیاه خواری شاید دارای ارزش غذایی باشد، اما سبزی‌هایی هم وجود دارد که پختن آنها، باعث افزایش ارزش غذایی‌شان می‌شود. برای پخت بیشتر سبزیها، توصیه‌ها بر این است که آنها را بخارپز یا با چربی‌هایی مانند روغن کتان، روغن زیتون و ...طبخ کنید. اضافه کردن چربی‌های سالم به این سبزیجات، جذب ویتامین‌ها و مواد معدنی موجود در آنها را در بدن چند برابر می کند:

■ **گوجه فرنگی:** اگر می‌خواهید از خواص لیکوپن موجود در گوجه فرنگی که یک آنتی اکسیدان با خواص ضد التهابی است، بهره ببرید، آن را بپزید. شما در هنگام مصرف گوجه فرنگی به صورت خام فقط ۴ درصد از لیکوپن آن را به بدن می‌رسانید. لیکوپن موجود در گوجه فرنگی پخته به راحتی جذب بدن می‌شود.

■ **هویج:** سطوح بتاکاروتن که نوعی آنتی اکسیدان بوده و در بدن تبدیل به ویتامین آ می‌شود، در هویج پخته شده چند برابر افزایش می‌یابد.

■ **اسفناج:** حجم اسفناج با پخته شدن کاهش می‌یابد و شما می‌توانید مقدار بیشتری از آن را بخورید. اسفناج همچنین دارای اسید فولیک است که به تقویت سیستم عصبی کمک می کند. سطح اسید فولیک اسفناج با پختن این سبزی بیشتر حفظ می‌شود.

■ **مارچوبه:** اگر می‌خواهید فیبر بیشتری از طریق مصرف این سبزی به بدن برسانید، آن را طبخ کنید. تقریبا مانند گوجه فرنگی، مارچوبه دارای دیواره‌های ضخیم سلولی است که باید به وسیله گرما تجزیه شود. در این صورت تمام مواد مغذی سالم آن جذب بدن می‌شوند.

■ **کدو حلوایی:** جذب آنتی اکسیدان‌ها و بتاکاروتن موجود در کدو حلوایی با پخته شدن آن بیشتر می‌شود.

■ **بروکلی:** بروکلی جزو خانواده کلم‌هاست و خواص آنتی اکسیدانی آن بسیار معروف است .همچنین بروکلی منبع غنی لوتئین و توکوفرول است. این ترکیبات شیمیایی، با کاهش التهاب در رگ‌های خونی بدن، خطر سرطان را کاهش می‌دهد. بهترین شیوه برای پخت کلم بروکلی، آب پز و بخارپز کردن آن است که با این شیوه خواص کاروتنوئید، لوتئین و فیتوئن‌های آن تقویت می‌شود.

■ **سیب‌زمینی:** اینطور ثابت شده که مصرف سیب‌زمینی پخته یا آب‌پز شده قند خون را به طور مؤثری کنترل می کند. در حالی که مصرف سرخ کرده آن کاملا اثر معکوس روی قند خون داشته و به هیچ وجه توصیه نمی‌شود.

# راه‌حل رفع سوزش معده

**سوزش سردل ناشی از عملکرد نامناسب مری است. گاهی اوقات علایم سوزش سردل آن‌قدر زیاد است که بیشتر افراد آن را با حمله قلبی اشتباه می گیرند. یکی دیگر از علل اصلی ابتلا به این عارضه، انتخاب غذای نامناسب است. برخی از غذاها باعث به هم خوردن تعادل ph بدن و افزایش اسیدیته معده می‌شود. از جمله این خوراکی‌ها می توان به موارد زیر اشاره کرد. یادآوری این نکته مهم است که نباید این خوراکی‌ها را از رژیم غذایی حذف بلکه به میزان متعادل باید آن را مصرف کرد.**

## گوشت قرمز

مصرف بیش از حد گوشت قرمز سطح التهاب بدن را افزایش می دهد. گوشت قرمز باعث افزایش اسید معده می شود ومشکلاتی برای هضم ایجاد می کند.

## گوجه فرنگی

اگر از بیماری بازگشت اسید به مری رنج می‌برید، بهتر است از گوجه فرنگی و محصولات آن پرهیز کنید. گوجه سرشار از اسید سیتریک، مالیک اسید و آسکوربیک اسید است که می تواند معده و مری را اذیت کند. این اسید می‌تواند سبب احساس سوزش ناخوشایندی در سینه شود. مرکبات مرکبات مانند پرتقال، لیمو و گریپ فروت می‌تواند علایم ریفلاکس و سوزش معده یا سر دل را تشدید کند.

## شکلات

شکلات حاوی کافئین و محرک‌های دیگری مانند تئوبرومین است که باعث ریفلاکس یا سوزش معده می‌شود. تئوبرومین نوعی متیل گزانتین است که مانع تنگ‌شدن ماهیچه اسفنکتر تحتانی می‌شود و به این ترتیب به شکل مستقیم احتمال ریفلاکس را افزایش می‌دهد. شکلات چربی زیادی دارد، یعنی هضم آن طولانی‌تر است و می تواند محرک سوزش معده باشد.

## قهوه

کسانی که برای بازیابی قدرت و انرژی روزانه، چیزی جز نوشیدن قهوه را انتخاب نمی کنند، یک مشکل اساسی دارند. قهوه اگرچه خاصیت آنتی‌اکسیدانی دارد ولی یکی از منابع اصلی کافئین است و کسانی که از سوزش سر دل رنج می‌برند، باید از آن اجتناب کنند. کافئین باعث افزایش اسیدیته معده و ریفلاکس می‌شود.

## سوسیس و مواد غذایی کنسرو شده

سرشار از مواد مصنوعی است که باعث ایجاد بیش از حد اسید در خون و معده می‌شود. این نوع غذاها با چربی بالا بر متابولیسم معده شما تاثیر می گذارند. اضافه کردن این غذاها به رژیم روزانه به بیماری‌هایی مانند چاقی و سطوح بالای کلسترول و چربی منجر می‌شود.

# پیام‌های مهربانی

علی ملکی

✽ *زهره عزیزم، همسر مهربانم،* سبد سبد گل تقدیم وجود نازنینت می کنم و از خداوند متعال می‌خواهم که در تمام لحظات عمرت موفق و سلامت و مثل همیشه خندان باشی، ۲۸ اسفند سالروز تولدت مبارک

**همسرت، حمیدشاه‌نظری - دزفول**

✽ *برادر عزیزم، محمد جان،* ۲۴ اسفند، هفدهمین سالروز میلادت را با تقدیم ۱۷ سبد گل به شما تبریک می گویم، دوستت دارم

**برادرت، مصطفی رضوانپور - رشت**

✽ *جناب آقای دکتر پارسایی، متخصص بیماریهای عفونی،* از زحمات دلسوزانه و مسئولانه شما نسبت به معالجه و درمان بیماران بخصوص پدرم، بی‌نهایت ممنونیم و امیدوارم همیشه در کنار خانواده محترمتان در صحت و سلامت باشید

**علیرضا باقری - تهران**

✽ *خواهر عزیزمان، سودابه جان،* ۲۲ اسفند با نفس کشیدن زمین، قلب نازت در جهان هستی به تپش افتاد و هر ساله یاد و خاطره چشم گشودنت را جشن می گیریم، تولدت مبارک گل زندگی ما

**خواهر و برادرت ساسان نویدی - شیراز**

✽ *محسن جان، همسر عزیزم،* زیر سایه مردانگی‌ات خوشبخت‌ترین بانوی جهانم، عزیزم تو قرار منی و من بی‌قرار تو، قول می‌دهم جای تمام دستهای دنیا، بگیرمت و بدان من عاشقی می کنم برای مردی که عشق را می‌فهمد، آغوش امن روزهای خستگی‌ام دوستت دارم

**همسرت مهدیه محمودی - تهران**

✽ *همسر عزیزم، آقاهاشم،* نفس کشیدن و زندگی در کنار تو برایم معنا دارد، خوشبختی را در کنار تو حس می کنم، بهترین و قشنگ‌ترین معنای زندگی‌ام، تولدت مبارک، خیلی دوستت دارم

**همسرت، ناهید بهبهانی - تبریز**

✽ *دختر عزیزم، صوفیاجان،* سبد سبد گل تقدیمت می کنیم و روز ۲۵ اسفند را به شما تبریک می گوییم و از خدای بزرگ می خواهیم همیشه در زندگی موفق باشی

**پدرت جلیل غراوی و مادرت سولماز نظری و خواهرت ایلماه - گنبد کاووس**

✽ *همکاران محترم بازنشسته شرکت نفت و گاز، مقیم شیراز،* پیشاپیش نوروز باستانی را به همه شما عزیزان تبریک می گویم و آرزوی سلامتی شما را از خداوند بزرگ خواستارم

**هوشنگ ششبلوکی - شیراز**

✽ *خواهرخانمهای عزیزم، صفورا و سارا نظری،* امیدوارم خداوند عمری دهد تا محبتهای شما را جبران کنم، همچنین قدم نوه عزیزمان انشاالله مبارک و خوش یمن باشد

**جلیل غراوی - گنبد کاووس**

✽ *خواهر عزیزم، سارا غراوی،* از اینکه به فکر خانواده‌ات هستی از تو تشکر می کنم و امیدوارم همگی در سایه خداوند موفق و موید باشید

**جلیل غراوی - گنبد کاووس**

✽ *همسر عزیزم، حسین آقا،* روز پدر و روز مرد را به شما تبریک می گویم و امیدوارم در سایه حضرت علی (ع) همیشه صحیح و سالم باشی

**همسرت زهره و فرزندانت امیرعلی و امیرعباس ابوبی - تهران**

✽ *فروزان گلم، عزیز دلنشینم،* ۱۳ اسفند، سالروز تولدت را به تو بهترین دختر دنیا تبریک می گوییم و امیدواریم ذهنی خلاق و تنی سالم داشته باشی و مانند همیشه باعث افتخار ما شوی

**پدربزرگ احمد و مادربزرگ زهره - کرج**

✽ *محمدحسین عزیز، دایی مهربانم،* ۲۸ اسفند دومین سالروز ازدواجتان را به شما و زن دایی مهربان سودابه خانم تبریک می گویم، امیدوارم مثل همیشه شاد و خندان و سلامت باشید

**نرگس شکوهی - ابهر**

✽ *همسر عزیزم، ربابه جان،* بهار با همه زیبایی هایش، با وجودت و سلامتی‌ات برایم زیباست، سال نو را به شما تبریک می گویم

**حمیدرضا قزل سفلی - مینودشت**

✽ *دختر عزیزم، حدیثه جان،* دوستت دارم، پیشاپیش فرارسیدن سال نو را به شما گل زندگی‌ام تبریک می گویم و آرزوی سلامتی و شادکامی برایت دارم

**حمیدرضا قزل سفلی - مینودشت**

✽ *همسر عزیز و گرامی‌ام،* چهارم فروردین، زیباترین روزهای فصل سال را به شما امید زندگی‌ام تبریک می گویم. در تمام لحظات عمرم از خدای بزرگ می خواهم که همیشه در صحت و شادکامی باشی، دوستت دارم

**همسرت، حسین شفیعی**

✽ *پارسای مهربان و دوست داشتنی ما،* سوم فروردین بهترین خاطره زندگی‌مان است، شکفتن گل زیبای زندگیمان مبارک، با تمام وجودمان دوستت داریم

**پدرت هادی و مادرت صفورا حیدری و دایی حسین**

✽ *دوستان عزیز و گرامی‌ام، سید جلیل، سید جمال، ناصر، حامد، ایرج فرزاد و منوچهر ساعدی،* فرارسیدن بهار سال ۹۹ را به شما بهترین‌ها تبریک و شادباش می گویم و امیدوارم سال نو، سالی پربرکت برای شما دوستان مهربان باشد

**حسین شفیعی - تهران**

✽ *مبینای عزیزم، گل زیبای ما،* ۱۲ فروردین روز شکفتن گل زندگیمان است. روز شادی و سرور و خوشبختی گل زیبای ما، تولدت مبارک، بی‌نهایت دوستت داریم

**پدرت مهدی و مادرت مریم - تهران**

✽ *امیرعلی عزیزم،* ۲۵ فروردین، سالروز تولدت را با تقدیم ۲۵ سبد گل به شما تبریک می گوییم، بی‌نهایت دوستت داریم

**پدرت محمد و مادرت فهیمه و دایی حسین شفیعی**

✽ *پدربزرگ مهربان و پدر عزیزم،* خیلی خیلی دوستتان داریم، روز پدر را با تمام وجود به شما مهربانان دوست داشتنی تبریک می گوییم

**سجاد اسلامی - سنقر**

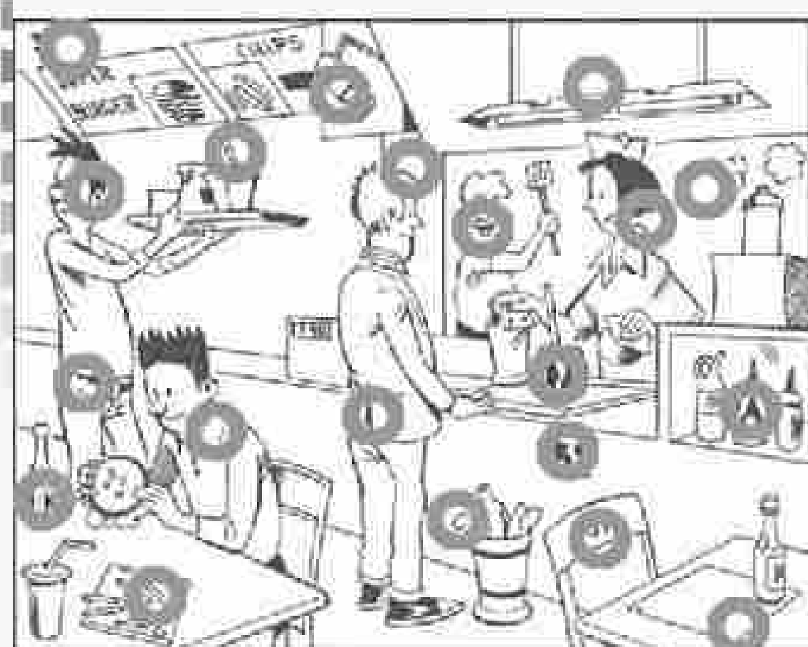
✽ *خواهر عزیزم، فروزان،* تاریخ تولدت نه تنها در تقویم، بلکه با دنیایی از عشق در قلب من حک شده است، فروزان جانم، خواهر مهربانم، تولدت مبارک

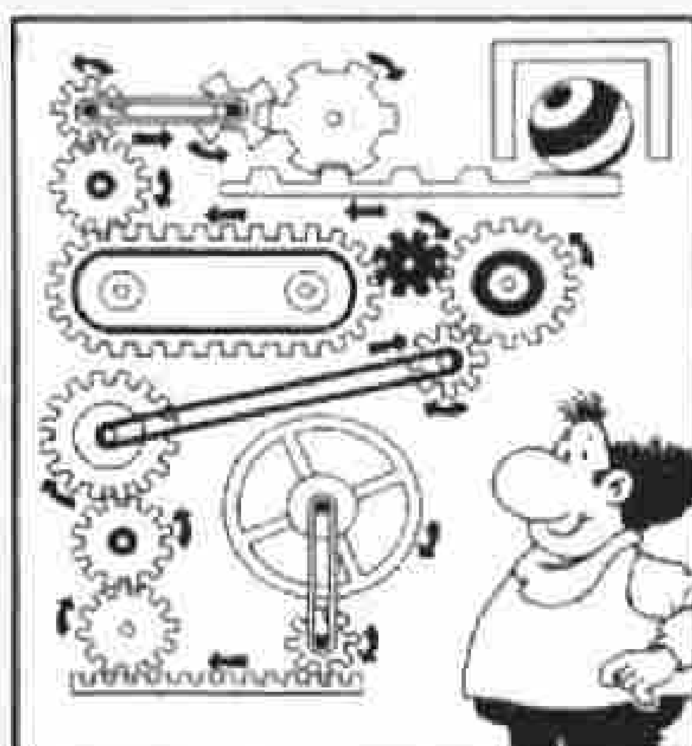
**خواهرت یاسمین - کرج**

## پاسخ های با هوش خود کلنجار بروید

**پاسخ تغییر قیافه:** در تصویر شماره یک گردنبند مرد، شماره دو کفشها، شماره سه کمربند و شماره چهار جورابهای مرد سارق باعث شناسایی او می شوند.

**پاسخ بیست اختلاف در تصویر غذای آماده**



**پاسخ بالا یا پایین؟:**

**پاسخ بی شباهت اما شبیه:** ۱- نقش وسطی پایین باند و سر آبپاش روی زمین، ۲- پایین پایه استند و کشوی صندوق، ۳- نقش وسط باند بالایی و دستگیره کشوی وسطی میز زیر صندوق، ۴- موی وسط سر مرد چنگ نواز و برگ کوچک سمت چپ گدان، ۵- دکمه روی شانه مرد و وسط گل گدان سمت چپ تصویر دیگر، ۶- دهان مرد و موی سمت چپ زن، ۷- سیم متصل به زیر ساز مرد و حرف S داخل حروف روی دیوار.

**پاسخ اشتباه در قرون وسطی:** ۱- برق ولتاژ بالا، ۲- پمپ بنزین، ۳- تابلو چاپی سر در مغازه، ۴- مرد نشسته روی زمین با کلاه گاوچران، ۵- بطری پلاستیکی در دست پیرمرد، ۶- پیپ در دهان مرد کنار پیرمرد، ۷- اتوی برقی در دست زن، ۸- تلفن همراه، ۹- دوچرخه.




**پاسخ ٤ جزء حذف شده در تصویر برداشت متن:**

گشت‌وگذار طنز در فضای مجازی!



از: مصطفی گلیاری

# خدا بزرگه کرونا کوچیکه

**سخن بزرگان:** هفته پیش آقای رئیس جمهور فرمودند تا شنبه همه چیز عادی می‌شود. شنبه بدتر شد، یکشنبه نزدیک به چهارصد مورد جدید ابتلا داشتیم، روزهای بعد شد دو هزار تا. مشاورهای ایشون چرا به ایشون نمی گن کمتر حرف بزن؟!

**سخنان بزرگان ایضاله:** عده‌ای باسرماخوردگی فوت می کنن. عده‌ای از آنفلوانزا فوت می کنن. به کرونا تهمت نزنین و همه رو گردن کرونا نندازین... لحن ایشون خیلی ریلکس و با لبخند بود. براش از مرگ حرف زدن چه راحته! یه وقتی اینترنت قطع شده بود و کاسبی‌های اینترنتی کساد بودن. یادتونه؟ اون کسادی پیش کسادی امروز کاسبها کوچولو بود. انگار اونو داشتیم واسه دسگرمی.

**کروناشناسی:** مادو جور کرونا داریم. یکی مخصوص مسؤولینه که سریع تشخیص داده میشه و باعث شادابی و سرحالی و افتخار میشه و با چند روز تو خونه موندن هم خوب میشه. نوع دوم مخصوص معمولیاس که باتنگی نفس و قرنطینه و درد و زجر کش همراهه و تالحظه مردن تشخیص داده نمیشه. تازه متخصصاشونم به معمولیا میگن اگه کرونا گرفتی، نترس. /سیمای میلی یه آقای دکتر آورده تو برنامه درباره کرونا حرف بزنه. و فکر کرده اگه آقای دکتر با روپوش سفید بیاد و یه گوشی (استتوسکوپ) آویزون کنه به گردنش، حرفاش قابل قبول‌تره.

**آموزشی:** وزارت بهداشت فراموش کرد به مردم بگه وقتی دست‌تونو مخصوصا شست‌تونو بیست ثانیه می‌شورین، خواهشاً دستاتونو با پشت شلوارتون خشک نکنین یا با حوله‌ای که ده ساله بین اعضای خونواده و مهمونا مشترکه.

اونقدر کف دستمو شستم که اون هیجدش شده شونزده و هفتاد و پنج صدم. می ترسم اگه بیشتر بشورم تجدید شم.

**پیشنهاد:** متخصصهای ما دارن از جون مایه میذارن تاجون کرونایی‌ها رو نجات بدن. دمشون گرم و روزشون بهروز. خوب بود که متخصصای رشته‌های دیگه هم بیان وسط چون کرونا عوارضی داره مثل: از بس دستت رو می‌شوره، خشکی میزنه و ترک ترک میشه. از بس شوینده مصرف می کنی، چشم و ریه حالش بد میشه. از بس استرس داری، به وسواس و پرخاشگری و کم طاقتی دچار میشی. متخصصای پوست، گوارش، مشاورها و مددکارها روانشناسها می‌تونن کمکهای خوبی کنن تا ایشالا وقتی که خرداد شد و کرونا رفت، یه عده آدم ناخوش احوال نداشته باشیم که کرونا نگرفتن ولی عوارضش رو گرفتن.

**صادق‌نیت رئیس بیمارستان امام:**

"تست کرونا را برای بیماران بستری استفاده می کنیم. برای افرادی که سرپایی مراجعه می کنند، تست انجام نمی شود. لزومی هم ندارد. تست پرهزینه‌ای است." **کاکاتوفیق:** مگه پسر حداد و آقازاده‌ها و نماینده‌های مجلس بستری بودن که ازشون تست گرفتین؟ شاید م صحبت رنگین‌تر بودن خون اوناس که اشکالی نداره. آخر این ملک خدایی دارد!

یه فیلم مدار بسته دیدم که سه موضوع رو در یه قاب گرفته بود: یه خانمی تو سطل زباله دنبال یه لقمه روزی حلال بود. اونورتر یه دس‌فروش محقر دنبال یه لقمه نون حلال بود. مشتری نداشت. اینورتر یه نفر سیخ کرده بود تو صندوق صدقات دنبال یه خورده صدقه حلال بود. خواستم یه چی بنویسم ننوشتم و گفتم لعنت بر شیطون! همین کافیه چون این لعنت شامل خیلیا میشه. کاکاتوفیق گفت بگو حواستون باشه وقتی داری میگین لعنت به شیطون ممکنه به کله گنده‌ها بر بخوره.

یک عده آدم معتقد چنان اعتقادی به بقاع متبرکه دارن که میگن "توی قم باهمه روبوسی می کنم، مرقد هم میرم. اینا داستانه. اینا میخوان دین ما رو بگیرن. این بیماری مگه چیه که اینقدر بزرگش کردن؟ طرف می خواد بمیره میگن از کرونا مرده." یه نفرم یه فیلم از خودش گذاشت که ضریح مقدس ضامن آهو رو لیس زد و باعث شد خیلی‌ها حرفای نامربوط بزنن و برن جاده خاکی. شنیدم بازداشت شد. و شنیدم که گفته این فیلم مال قبل از کروناس و ضد انقلاب فیلم رو پخش کرده. گیرم مال قبل از کرونا باشه. مگه اون موقع هم میلیونها نفر با دست آلوده و غیر آلوده به ضریح دست نزده بودن؟ چرا به جایی که آلوده بوده زبون زدی؟ مگه اسلام نمیگه نظافت نشانه ایمان است؟ دم امام جمعه همدان گرم که گفت دین و علم با هم منافات ندارن و تعطیل شدن نماز جمعه برای سلامت جسمی جامعه واجبه. کاری هم که سلامت انسان رو به خطر بندازه، حرومه.

درحالی که مردم مجبورن خودشونو حصر خانگی کنن و از هر وقتی بیشتر به اینترنت نیاز دارن، وزیر جوان ارتباطات ما سرعت اینترنت رو کم کرده. داداش گلم تو جوونی و مردم رو بهتر می تونی درک کنی. چرا مردم رو اذیت می کنی؟ آیا درسته که شمام نمک بپاشی روی آلام مردم؟

**عشق‌های قدیم:** مادری به دخترش می گفت زمان ما "کراش" نبود. به جاش "نگاهی" بود. یعنی کلامی رد و بدل نمی کردن. فقط نگاه بود اونم از دور.

**کاکاتوفیق:** باتوجه به بالا رفتن سطح بهداشت جامعه تا یه ماه دیگه می تونیم وسط میدون توپخونه عمل باز قلب انجام بدیم.

مهمترین کاری که تاحالا مسؤولا تو بحران کرونا کردن اینه که همه‌شون رفتن تست کرونا دادن. اگرم مثبت بوده تو خونه قرنطینه شدن، یه سری از تجهیزات پزشکی و دکتر و پرستار و واسه خودشون بلوکه کردن... یکی از فعالان سیاسی قبلاً توئیت زده بود این گشافکاری‌ها (کرونا) برای پایین آوردن مشارکت مردم در انتخابات است... بنده خدا خودش کرونایی شد.

**عجایب شهر:** ماسک نمی تونه تولید کنه اما داره واکسن کرونا تولید می کنه... تخت واسه بیمار نداره اما کیت تست می سازه... واسه کادر درمانی لباس حفاظتی نداره ولی لباس فضانوردی می سازه. / حالا بهترین وقته که سیمای میلی یه گزارش بگیره که مردم میگن از وقتی که کرونا اومده خانواده‌ها به هم نزدیکتر شدن. یه عروس دومادم نشون بده که روی تخت بستری هستن و به جای قاشق عسلی هی به هم سرفه خشک نثار می کنن. /بعد از اینکه کیف بهداشتی دارای ماسک و دستکش و ژل و الکل به طور رایگان بین نماینده‌ها توزیع شد (چیزی که مردم ازش محرومن)، بعد از اینکه نماینده‌ها چپ و راست تست کرونا دادن (چیزی که مردم ازش محرومن)، آره بعد از همه اینا مجلس تا اطلاع ثانوی تعطیل شد (چیزی که مردم ازش محرومن). هیچی به خدا. منظورم همین بود. اگه شما منظور دیگه‌ای داری به من ربط نداره. /چند روزه خیابونا خیلی خلوت شده ولی آلودگی هوا رفته روی خط قرمز. چرا؟

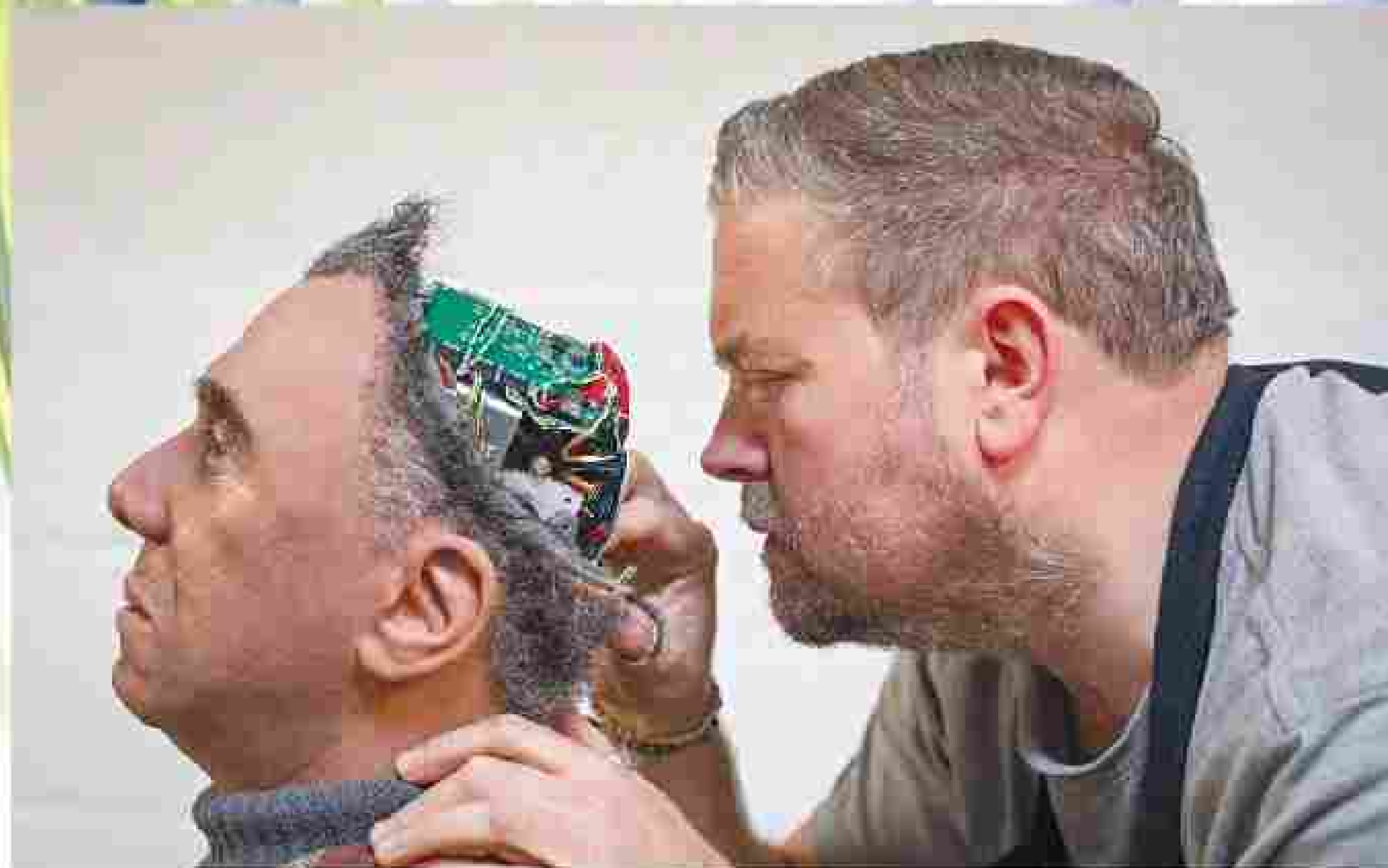
کی فکرشو می کرد تو ایران الکل گندم اتحادیه توزیع کنن؟ از یکی پرسیدم ماست و خیار میدن؟ گفت نه داش. مزه لوطی کروناس!

قبل از تولد وجود داشتی و بعد از مرگ نیز وجود خواهی داشت ● راجنیش

سهراب صفادار



**اسکاتلند:** کودکان در حالی که روی شانه‌های پدرانشان نشسته‌اند، شنل‌های بلند رنگی پوشیده‌اند تا در فستیوال شرکت کنند. "فستیوال بین‌المللی" کودکان در شهر ادینبورگ برگزار شد و کودکان همراه با والدینشان نمایش‌های هنری و موسیقی مختلفی اجرا کردند.



**انگلستان:** "مایک‌هامفری" یکی از کارشناسان خبره در صنعت ساخت ربات و اعضای مصنوعی بدن انسان در حال کار بر روی جدیدترین ربات انسان نما به نام "فرد" است. او از جمله کارشناسانی است که محصولات و ساخته‌های او را در بسیاری از مراکز علمی، پارک‌های تفریحی و علمی و یا گروه‌های تحقیقاتی می‌توان یافت. او اکنون ربات‌هایی ساخته است که علاوه بر ظاهر شبیه به انسان، قابلیت برقراری ارتباط و گفت‌وگو با انسان داشته و حرکتشان هم روان‌تر، طبیعی‌تر و سریع‌تر شده است.



**ایتالیا:** این برج پر از گل و درختی که می‌بینید در شهر میلان قرار دارد و بعنوان اولین جنگل عمودی جهان شناخته می‌شود. ایده ساخت این برج تشویق مردم به حمایت از فضای سبز و درختان و همچنین نشان دادن امکان پرورش گل و گیاهان بزرگ حتی در خانه‌ها و آپارتمان‌ها بوده است.



**چین:** دانش آموزان دبستانی در مدرسه در حال تمرین ورزش چشم هستند. به منظور آگاهی بیشتر دانش آموزان از اصول مراقبت از چشم و مقابله با نزدیک‌بینی، تمرینات و ورزش‌های مخصوص استراحت چشم بصورت جمعی در کلاس‌های مدارس دبستان چین اجرا و آموزش داده می‌شود.



**تایلند:** فیل‌ها هم از تب و تاب جام جهانی جا نماندند و مسابقات فوتبال مخصوص خود را در تایلند و همزمان با جام جهانی روسیه داشتند. پرچم تیم‌های شرکت‌کننده در جام جهانی روی هر یک از فیل‌ها هم نقاشی شده بود.

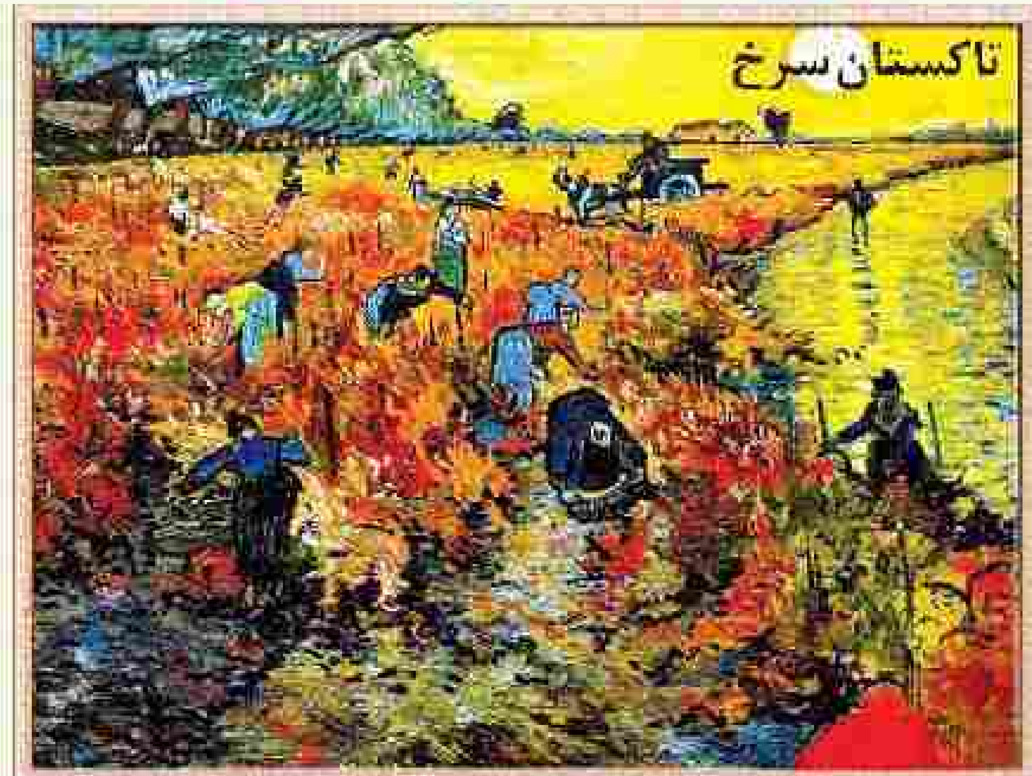


**اتریش:** مردم با قایق از کنار مجسمه یک جغد که همچون نگهبانی در وسط دریاچه آلتاسیر نشسته است عبور می کنند.

# خیلی ها نمی دانند

مهدی اسماعیلی

## ون گوگ در گمنامی




تابلوی تصویر دکتر گاشه اثر ونسان ون گوگ، در سال ۱۳۶۹ (۱۹۹۱) در نیویورک به قیمت ۸۲/۵ میلیون دلار فروخته شد و حد نصاب قیمت یک تابلو را شکست. نقاشیهای وَنسان وَن گوگ، نقاش نامدار هلندی به خاطر زیبایی خشن، صداقت احساسی و رنگ جسورانه معروف است. آثار وی تاثیر گسترده‌ای بر هنر قرن بیستم باقی گذاشت. هرچند او در زمان حیاتش در گمنامی به سر می‌برد و در تمام طول عمر خود تنها یک تابلو یعنی **تاکستان سرخ** را فروخت، اما اکنون به‌عنوان یکی از تاثیر گذارترین نقاشان امپرسیونیست شناخته می‌شود.

## اتفاق نادر



اگر ماه و زمین دقیقا روی یک خط قرار بگیرند سایه ی زمین روی ماه می افتد و خسوف می شود. ولی معمولا این اتفاق نمی افتد بلکه ماه کمی بالاتر یا کمی پایین تر از این خط قرار می گیرد و ما ماه را به صورت بدر کامل می بینیم. ولی گاهی اوقات ماه در حداکثر فاصله ی خود از این خط قرار دارد که برابر با ۵ درجه است. در این زمان ماه بدر کمی در قسمت بالایی یا پایینی دارد و نمی توان گفت ماه به صورت کاملِ کامل درآمده است. این دقیقا پدیده‌ای است که در ۱۰ فوریه ی ۱۸۶۵ اتفاق افتاد. ولی این تنها زمانی نیست که این اتفاق می افتد. هر ۱۸ سال این اتفاق می افتد ولی در هیچ کتاب نجومی راجع به این پدیده سخنی وجود ندارد.

## دوئل در پاراگوئه



پاراگوئه کشوری است در آمریکای جنوبی که پایتخت آن آسونسیون و جمعیت آن حدود ۶ونیم میلیون نفر است. زبان رسمی آنها اسپانیایی است و مساحت آن ۴۰۶۷۵۲ کیلومتر مربع.

پیش از ورود اروپاییان در سده شانزدهم مردم گوارانی در پاراگوئه زندگی می کردند. در آن سده پاراگوئه به بخشی از امپراتوری استعماری اسپانیا تبدیل شد. جنگ فاجعه‌بار پاراگوئه (۱۸۶۴–۱۸۷۰) باعث کشته شدن ۶۰٪ تا ۷۰٪ از جمعیت کشور شد. پاراگوئه در تاریخ ۱۴ مه ۱۸۱۱ با برانداختن متولیان اسپانیایی، استقلال خود را اعلام کرد. امانکته تعجب برانگیز در مورد کشور پاراگوئه این است که هنوز دوئل کردن در آنجا آزاد است به شرطی که طرفین خون خود را بر گردن بگیرند.

## رابطه شتر و شنا



کف پای شتر حالت مخصوص به خود دارد و از دو بخش تشکیل شده است و کلفت و پهن است و مانع از این‌می شود که پای شتر در شن‌های ریز صحرا فرو رود ولی این پاها با زمین‌های آبدار و گل آلود مشکل دارد و تنها حیوانی است که قادر به شنا کردن نیست...

شتر ویژگی های خاصّ دیگری هم دارد که مهم‌ترین آن‌ها تحمّل شرایط سخت صحرا و دماهای گوناگون است. چشم‌های شتر دارای مژگان‌های بلندی است که به همراهی پلک‌ها، چشم‌ها را از طوفان‌های شنی و از تابش شدید آفتاب محافظت می کند. منخرین شتر دارای شکاف‌های طولی است که شتر در هنگام تنفس می‌تواند بینی را به خوبی از هم باز کند و بیشترین میزان هوا را وارد ریه‌های خود کند و در هنگام بروز طوفان‌های شنی بینی خود را ببندد...

## اسرار اهلی ترین حیوان



اسب ها به طور ارثی انسان ها را بهتر از هر حیوان دیگری درک می کنند. هر چند اسب ها نمی توانند حرف بزنند، اما به قدری زیرک هستند که می‌توانند حرکت چشم و بدن را هوشمندانه درک کنند و از آن برای ارتباط گرفتن با یکدیگر و با انسانها استفاده کنند. روش اهلی کردن اسب ها تا اندازه‌ای روی واکنش آنها نسبت به انسانها تاثیر گذار است. اسب ها حیوانات فوق العاده اجتماعی هستند. درباره اجداد اهلی ترین حیوانات اسراری وجود دارد که در صورت کشف می توان پاسخ این سوال را با قطعیت داد که چرا این حیوانات به طور کامل مطیع انسان شدند.

## عجایب زهر مار



زهر یا سم مار یک مایع معمولاً زرد رنگ بسیار خطرناک و سمی است که در غده های بزاقی خاصی در دهان مارهای سمی نگهداری می‌شود. مارها از زهر خود با احتیاط فراوان و در مواقع لزوم برای ناتوان کردن طعمه یا دفاع از خود در برابر شکارچیان استفاده می کنند.

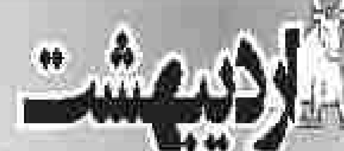
۹۰ درصد سم مارها را پروتئین تشکیل می‌دهد باقی ترکیبات آن هم از انواع آنزیم ها و دیگر مواد مولکولی ساخته شده است. این ترکیبات زهرآگین و سمی باعث تخریب سلولها، اختلال در سیگنال های عصبی یا هر دو می‌شوند. محققان از ترکیبات آن برای تولید داروها برای درمان بیماری های انسانی استفاده می کنند.

# پیغامهای روشنایی

از: دکتر نوید خدادوست




فـردی دارای ظرفیت و با قـدرت کنترل بحران هستید و همین روحیه باعث شده تا ثابت کنید، هیچ مشکلی نمی‌تواند جلوی شما را بگیرد و به همین دلیل سعی دارید توانایی‌هایتان را به دیگران هم منتقل کنید اما از آنجا که این روزها با افکار منفی هم دسـت به گریبانید به شدت ذهنتان درگیر موضوعهای مختلفی شده و این در حالی است که باید با بالاترین حد قدرت خودتان را در کار و زندگی به نمایش بگذارید. هاله پیرامونی شما هم سفید است. و این یعنی مافوق همه چیز و پاک!




به خودتان وعده داده‌اید تا تغییراتی اساسی را به کار ببندید و از آنجا که فردی تنبل و بی‌انگیزه نیسـتید و دوست دارید مدام کار کنید، لحظه‌ای آرامش برای شما معنی ندارد و با تمام اینها شـور و نشـاط در وجودتان موج می‌زند. اما در همین گیر و دار اسـت که زودرنجی و لجبـازی با همان نقاط ضعف همیشـگی به سـراغتان می‌آید و بایـد بدانید وقتی می‌خواهیـد ناممکن‌هـا را ممکن کنید، پس بایـد با این گزینه‌ها هـم بجنگید. هاله پیرامونی شما هم سبز است و این یعنی بیش از همیشه مورد لطف "او" خواهید بود!




فردی متفکر و پرجنب و جوش هستید و دوست دارید در هر کاری تخصص‌تان را به نمایش بگذارید. اما از آنجا که در همیشه بر روی یک پاشنه نمی‌چرخد نباید به محض اینکه با مخالفت‌هایی روبرو شدید به گونه‌ای عمل کنید که گویی غیرقابل پیش‌بینی هستید و نمی‌شـود روی حرفتان حسـاب باز کرد. پس از آنجا که می‌دانـم برای کارهایتان برنامه‌ریزی می‌کنید، امیدوارم این بار هم بر تعهدتان پایبند بمانید و خودتان را ثابت کنید. هاله پیرامونی شما هم سرخ است و این انرژی و سلامتی فریاد می‌زند!



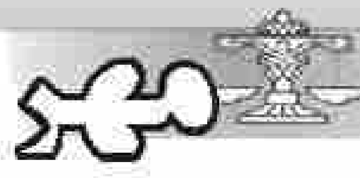

از آنجـا که دوسـت ندار یـد اعتبارتان دچار خدشه شود و با توجه به اینکه احساساتی هستید، این روزها به شـدت محتاط عمل می‌کنید، به گونه‌ای که انگار احتیاج دارید که فردی همیشــه کنار دســتتان باشد تا از شـما حمایت کند. اما از آنجا که فردی هوشمند هستید، امیدوارم این روزها تصمیم نهایی را بگیرید چون شما به جای نگرانی‌های بیهوده در شـرایط سخت همیشـه بهترین عملکردها را دارید. هاله پیرامونی شما هم سیاه است و این یعنی بالاتر از آن رنگی نیست!




شخصیتی قدرتمند دارید و همین موضوع باعث می‌شود که در جمع‌ها دیگران را جذب کنید، اما این نقطه نباید ذهنتان را درگیر جلب توجه‌ها کنـد و بپذیرید که حالا وقت آن اسـت که با تکیه بر خوش اقبالی، سـخاوتمندی، خوش‌بینی، اسـتقلال فکری تـان را اثبات کنید و در مواجهه با مشـکلات کم نیاورید که مشاجره و زودرنجی دردی را دوا نمی‌کند. در مورد سوال ذهنی تان هم بدانید که نباید غم به دل راه دهید چون مزد زحمات شبانه روزی تان را دریافت خواهید کرد. هاله پیرامونی شما هم قهوه‌ای است و این قدرت را در دل تنهایی به نمایش می‌گذارد!




شـمـا فـردی کمال گـرا هسـتید و همین خصوصیت باعث شـده پرانرژی باشید و مشـکلات نتوانند سد راه شما شوند. پس حالا که خودتان هم به پیشـگامی و توفندگی روحیه تان ایمان دارید، اجازه ندهید که در شـرایط خاص، نوع نگاهتان به دیگران تحمیل شـود و بپذیرید اینکه دیگران آزادانه شما را دوست داشته باشند بسیار ارزشمندتر از این است که به دلیل سـرزنش‌های ناشی از بی‌توجهی خودشان را به شما ثابت کنند. هاله پیرامونی شما هم زرد است و این یعنی عشق در کنار آرامش!




شـمـا فردی با محبت و پرجنب و جوش هستید، ولی گاهی نگاه مثبتتان را به دیگران از دست می‌دهید و عزیزانتان را از خود می‌رنجانید و اگر به این روحیه ادامه دهید، مطمئن باشید که دیگران شما را فردی ناباور و خودپسند می‌شناسند، در حالی که می‌دانید واقعیت این نیست و می‌توانید با تکیه بر برنامه‌ریزی و نوآوری که در وجودتان نهفته است بر دمدمی مزاج بودن غلبه کنید و از قضاوت دیگران بپرهیزید. هاله پیرامونی شما هم آبی است، و این یعنی جذب سریع انرژی‌های که نباید وجه منفی سرایت کند!




در شـرایطی قرار دارید که می‌دانید با وجود سختی‌هایش باید تحملتان را هم افزایش دهید، تا خصیصه رک گویی‌تان باعث نشـود دیگران از شما برداشتی اشتباه داشـته باشند. پس حرکتهای دیگران را خوب حلاجی کنید و خودتان را با آنها همسـو سـازید و در مورد سوال ذهنی شما هم بگوییم، وقتی می‌توانید در چند جهت همزمان کار کنید، پس بی‌قرار و بدخلق نباشـید و هاله پیرامونی تان هم طلایی است و این یعنی ارزشمند بودن در کنار مقاومت!




روزهای سـختی را پشت سر گذاشـته اید، اما از آنجا که فردی متفکـر هسـتید، از جنب و جوش نمی‌هراسـید و همین موضوع باعث شـده تا بتوانید دیگران را با خودتان همراه کنید، به شـرط آنکه وقتی روی موضوعی دچار شـک شدید قدرت اعتمادتان را به نمایش بگذارید و به گونه‌ای عمـل نکنید که گویی آینده نگری ندارید. پس از زیرکی و موقعیت شناسـی‌تان کمک بگیرید تا دیگران همچنان شما را فردی خوش شانس بدانند. هاله پیرامونی شما هم نارنجی است و این یعنی خشم و مهر در کنار هم هستند!




فردی حسود نیستید که چشم دیدن پیشرفت دیگران را نداشـته باشـید، اما گاهی که دچار سوءظن می‌شوید و دلخوری‌هـای عمیق در وجودتان رخنه می‌کند، برخلاف نگاه مهرورزانه تان کارهای مثبت دیگران را نادیده می‌گیرید و این موضوع باعث می‌شود افکارتان ناپایدار جلوه کند. در حالی که می‌دانم شما فردی صادق، دوست داشتنی هستید و حافظه طلایی‌تان در شلوغی‌ها می‌تواند بسیار یاری رسان باشد. هاله پیرامونی شما هم صورتی است و این یعنی انرژی‌های ارزشمند و نهفته در درون!




اگر به گذشـته نگاه کنید پیشـرفت‌های خوبی داشـته‌اید و این موضوعی در کنار شـخصیت منحصر به فردتان تحسـین برانگیز است. اما عجول بودنتان در کنار بی‌قراری باعث شده گاهی نتوانید از دنیای خیالی نه چندان دلچسب اشتباهات بیرون بیایید، در حالی که می‌دانید این نوع نگاه می‌تواند باعث شود از دنیای واقعی فاصله بگیرید. پس از آنجا که می‌دانیم در آینده حرفهای زیادی برای گفتن خواهید داشت امیدوارم دنیا را از زاویه دید متفاوتی بنگرید. هاله پیرامونی شما هم سفید است و این یعنی شادمانی و زودرنجی در کنار هم!




انسـانی سخاوتمند هسـتید و دستی گشاده دارید و این روحیه شما را به انسانی محبوب و مردمدار تبدیل کرده اما مشـکلتان این است که با وجود برنامه‌ریزی، همیشـه زمان کم می‌آورید و همین موضوع باعث شده با دلخوری‌ها و زودرنجی همراه شوید. در حالی که می‌دانید حس ششم خوبـی دارید و این قدرت همچنان کـه در درک دیگران یاری‌تان می‌کند، دغدغه‌هایی هم به همراه دارد. هاله پیرامونی شما هم بنفش است و این یعنی شادمانی مستولی برحزن!

بر آزندگان دستی و دلی برای مهر ورزیدن دارند

● سوشو


همراه اول

# سپرده گذاری و دریافت تسهیلات ارزان

## پژواك پارسیان ٪۴

- برخورداری از تسهیلات تا ۸۵ ٪ سپرده مشتری؛
- امکان استفاده از تسهیلات ارزان قیمت با نرخ‌های ٤ تا ۱۲ درصد با حفظ سود سپرده؛
- انتخاب دوره باز پرداخت در دوره‌های ۱ تا ۵ سال توسط مشتری

